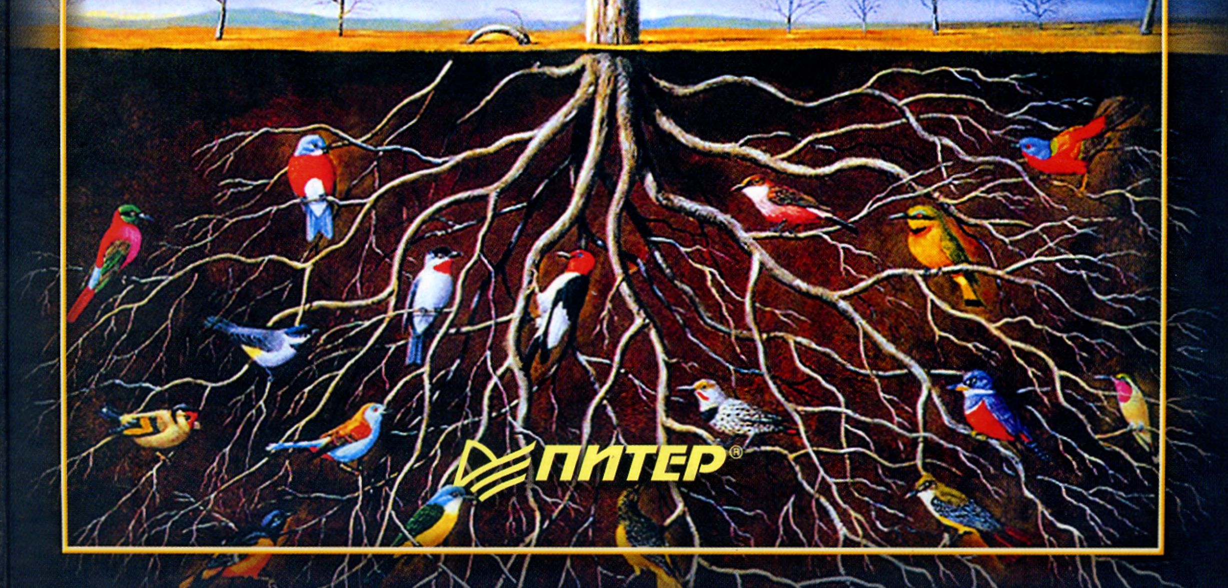


Е. П. Ильин

ПСИХОЛОГИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ





Е. П. Ильин

ПСИХОЛОГИЯ ИНДИВИДУАЛЬНЫХ РАЗЛИЧИЙ

Допущено Советом по психологии УМО
по классическому университетскому образованию
в качестве учебного пособия для студентов высших учебных заведений,
обучающихся по направлению и специальностям психологии



Москва · Санкт-Петербург · Нижний Новгород · Воронеж
Ростов-на-Дону · Екатеринбург · Самара · Новосибирск
Киев · Харьков · Минск
2011

ББК 88.37
УДК 159.923
И46

Рецензенты:

А. С. Батуев, доктор биологических наук, профессор кафедры высшей нервной деятельности и психофизиологии СПбГУ, действительный член РАН;
Л. А. Головей, доктор психологических наук, профессор, зав. кафедрой возрастной и дифференциальной психологии СПбГУ.

Ильин Е. П.
И46 Психология индивидуальных различий. — СПб.: Питер, 2011. — 701 с.: ил. — (Серия «Мастера психологии»).

ISBN 978-5-4237-0032-4

В книге приведены основные сведения по психологии индивидуальных различий, которые рассматриваются в дифференциальной психологии и дифференциальной психофизиологии.

Особое внимание уделено: различным подходам к обобщенным индивидуальным характеристикам человека — типам темперамента и личности; особенностям проявления свойств нервной системы; индивидуальным различиям в поведении; эффективности деятельности человека в зависимости от его индивидуальных особенностей; связи индивидуальных особенностей с предрасположенностью к различным заболеваниям.

В приложение включены методики изучения индивидуальных особенностей человека и обширный список литературы, который может быть полезен тем, кто захочет более глубоко изучить представленные в книге вопросы.

Издание адресовано практическим психологам, медикам, преподавателям психологии в вузах. Оно заинтересует физиологов, а также педагогов, поскольку позволяет понять природные основания способностей и поведения учащихся, необходимость индивидуального подхода к ним в процессе обучения и воспитания.

ББК 88.37
УДК 159.923

В оформлении обложки использован фрагмент картины Р. Олбински.

ISBN 978-5-4237-0032-4

Оглавление

Предисловие

В книге излагаются основные сведения по психологии индивидуальных различий, рассматриваемых в дифференциальной психологии и дифференциальной психофизиологии. Проблемы дифференциальной психофизиологии были изложены мною в ранее изданной книге «Дифференциальная психофизиология» (2001). Эта книга частично вошла и в данное учебное пособие, правда, в переструктурированном виде и с некоторыми дополнениями и сокращениями, что продиктовано объемом последнего. Так, в «Психологию индивидуальных различий» не включена часть 5 «Функциональная асимметрия как проблема дифференциальной психофизиологии»; интересующиеся этой проблемой могут обратиться к указанному выше изданию. Не рассматриваются также различия между мужчинами и женщинами. Эта проблема получила достаточно полное освещение в другой моей книге «Дифференциальная психофизиология мужчины и женщины» (2002).

Новые главы данного учебного пособия в основном посвящены вопросам, которые рассматриваются в дифференциальной психологии.

Следует сразу пояснить, о каких же индивидуальных различиях будет сказано в настоящей книге. Это различия в свойствах темперамента и личности, обусловливающих не столько количественные, сколько качественные различия в поведении и деятельности людей. Качественные различия — выражение количественных, однако последние нередко бывают столь велики, что люди, находясь на разных полюсах континуума (т. е. когда тот или иной психологический или психофизиологический параметр проявляется у них в неодинаковой мере), ведут себя и работают по-разному.

Вместе с тем при существующих различиях обнаруживается и качественное (типовое) сходство людей — в степени выраженности тех или иных параметров, в образе поведения, в стиле деятельности и общения и т. д. Будучи индивидуальными, присущими конкретному человеку, эти качественные различия свойственны также другим индивидуумам, т. е. их можно назвать *типическими*. О типических различиях и говорят, когда людей делят на сильных и слабых, добрых и жадных, эмоциональных и неэмоциональных и т. д. Однако, например, среди сильных тоже наблюдаются количественные различия: один человек сильный, но не в той степени, как другой, а тот — не как третий и т. п.

Б. М. Теплов указывал на необходимость *качественного* подхода к индивидуальным различиям. Именно качественные типовые и индивидуальные различия между людьми и рассматриваются в данной книге. В то же время речь пойдет и об их генезе (происхождении): какова их обусловленность — генетическая либо же социальная, а также об их влиянии на поведение и эффективность деятельности человека. Соответственно на основе индивидуально-типических особенностей человека как индивида и личности можно с определенной долей вероятности

прогнозировать особенности его поведения, эффективность его деятельности и создать оптимальные для каждого человека условия, способствующие такой эффективной деятельности. В этом заключается *практическая значимость* данного раздела психологической науки, очевидная для корифеев отечественной физиологии и психологии И. П. Павлова, Б. М. Теплова, В. С. Мерлина.

Приведу отрывок из предисловия Е. А. Климова к книге В. С. Мерлина «Очерк интегрального исследования индивидуальности» (1986).

> Когда лаборатория Б. М. Теплова погрузилась в вопросы физиологии типов высшей нервной деятельности (сам же Борис Михайлович бросил фразу, что в вопросах типологии он теперь более физиолог, чем сами физиологии), В. С. Мерлин говаривал примерно так: «Молодец, Борис Михайлович! Его ругают за отход от практики, от школы, даже от психологии, а он глубоко прав, потому что без знания реальных основ индивидуальных психологических различий двигаться в практику по-настоящему нельзя» (с. 12).

При написании книги я придерживался принципа историзма, т. е. описывал этапы развития учения об индивидуальных различиях людей в последовательности, как это происходило на самом деле, — начиная с изучения обобщенных характеристик (типов темперамента и конституции) до рассмотрения частных индивидуальных (свойств нервной системы, темперамента и личности), возвращаясь затем снова к обобщенной — индивидуальности. Казалось бы, логичнее излагать материал иным образом — продвигаться от описания частных характеристик к представлению обобщенных, но у такого пути есть свои минусы. В частности, невозможным представляется показать трудность формирования позиций ученых разных поколений по проблеме индивидуальных различий, сложно также было бы осветить не только открытия психологов, но и допущенные ими ошибки.

Книга состоит из пяти частей. В первой рассматриваются различные подходы к обобщенным индивидуальным характеристикам человека — типам темперамента и личности. Вторая часть посвящена особенностям проявления свойств нервной системы, которые представляют природную основу индивидуальных различий. В третьей части речь идет об индивидуальных различиях в поведении.

В четвертой части осмысливается эффективность деятельности человека в зависимости от его индивидуальных особенностей. Эта часть состоит из трех разделов. Первый посвящен фундаментальной для дифференциальной психологии и дифференциальной психофизиологии проблеме способностей и одаренности, от которых во многом зависит эффективность деятельности индивидуума. Второй раздел касается стилей деятельности и руководства, в которых проявляются индивидуальные особенности человека. Третий раздел содержит богатый эмпирический материал о влиянии типологических особенностей на успешность различных видов деятельности людей. Помимо чисто теоретического значения (проблема соотношения биологического и социального в развитии человека), знание этих фактов имеет и большое практическое значение, так как на их основе осуществляется (или должен осуществляться) отбор людей для различных сфер профессиональной и спортивной деятельности, подбирается оптимальная для данного субъекта методика обучения и тренировки, стиль деятельности.

Пятая часть учебного пособия касается связи индивидуальных особенностей с предрасположенностью к различным заболеваниям. Этот вопрос мало освещается в специальной литературе. По крайней мере, ни в одной книге, посвященной индивидуальным различиям, об этом даже не упоминается.

Следует особо подчеркнуть, что предлагаемое пособие предназначено тем, кто уже знаком с основами психологии, физиологии нервной системы и психофизиологии. Поэтому у неподготовленного человека при чтении данной книги могут возникнуть некоторые затруднения.

Я старался показать проблему индивидуальных различий не в виде аксиоматичных положений, а осветить ее во всей сложности, не скрывая противоречий, ошибочных суждений, существующих в истории науки, чтобы побудить читателя к раздумьям, к активной мыслительной деятельности и, в конце концов, к обретению собственной точки зрения на рассматриваемую проблему. Большое число ссылок на литературные источники обусловлено моим желанием придать высказываемым в книге положениям научную обоснованность, аргументированность.

В книге дается приложение, где приводятся методики изучения индивидуальных особенностей человека и обширный список литературы, который может быть полезен тем, кто захочет более глубоко изучить представленные в пособии вопросы.

Я надеюсь, что книга окажется полезной для практических психологов, медиков, а также для вузовских преподавателей психологии и будет способствовать ликвидации существующего разрыва между физиологическими и психологическими знаниями, получаемыми психологами. Она вместе с тем может оказаться интересной и для физиологов, изучающих человека, помогая им познать психологические проявления физиологических процессов. Книга также может принести пользу и педагогам, поскольку позволяет понять природные основания способностей и поведения учащихся, индивидуального подхода к ним в процессе обучения и воспитания.

ГЛАВА 1

Краткий экскурс в историю изучения различий между людьми

1.1. Начало развития представлений об индивидуально-типических различиях

Зарождение дифференциальной психологии было обусловлено накопленным на протяжении веков человеческим опытом. Со временем стало заметно, что для людей характерны индивидуальные различия в поведении. Естественно, это заставило систематизировать наблюдаемые отличия, дать им определенное научное объяснение. И не случайно уже в Древней Греции философы обсуждали эту проблему. Платон в книге «Государство» писал, что два человека не могут быть совершенно одинаковыми: каждый отличается от другого своими способностями, поэтому одному следует заниматься каким-либо своим делом, а другому — своим. Более того, Платон предложил, как бы сейчас сказали, тест на профессиональную пригодность к солдатской службе.

Еще более известно учение Гиппократа о четырех типах «красиса», ученый заметил и описал типические различия в поведении человека. Древнегреческий философ Аристотель, живший чуть позже Гиппократа, в своих работах (например, в «Этике») значительное место уделил анализу групповых различий, в том числе видовых, расовых, половых и социальных, проявляющихся в психике и морали. Он связывал их отчасти с врожденными факторами. Аристотель описал людей, обладающих либо избытком, либо дефицитом вспыльчивости, смелости, стыдливости и др.

> Никто не будет отрицать, что в обычной жизни, в сношениях людей друг с другом громадное значение имеет знание их психологий, знание их индивидуальных особенностей. Это знание имеет и чисто теоретическое, научное значение и утилитарно-практическое (так называемая психотехника). Мы входим, таким образом, в задачи индивидуальной, или дифференциальной, психологии. Главным предметом этой психологии является изучение личных особенностей индивидуума, другими словами, изучение тех его свойств и качеств, которыми он отличается от других индивидуумов (*Ганнушкин П. Б.* О так называемом нормальном характере // Психология индивидуальных различий: Тексты. М.: Изд-во МГУ, 1982. С. 267–268).

После длительного периода затишья в изучении данной темы, характерного для Средневековья, новый импульс оно получило благодаря педагогам и просве-

тителям XVIII–XIX вв. — Ж. Ж. Руссо, Песталоцци, Гербарту, К. Д. Ушинскому — в связи с изучением индивидуальности ребенка, его способностей. Однако все это было связано с наблюдением, а не количественным измерением обнаруживаемых различий. Поразительно, но первое систематическое измерение индивидуальных различий осуществили вовсе не психологи и философы, а астрономы.

В 1796 г. Мэскелин, астроном Гринвичской астрономической обсерватории, уволил своего ассистента, потому что тот зафиксировал (с помощью своего зрения) прохождение звезды на секунду позже, чем он сам. В 1816 г. кенигсбергский астроном Бессель прочитал об этой истории и заинтересовался индивидуальными особенностями вычислений, производимых разными наблюдателями. Сопоставив данные нескольких из них, он установил определенные различия. С появлением хронографов и хроноскопов во второй половине XIX в. это получило более объективное подтверждение и заставило физиологов заняться изучением психических различий между людьми, в частности по «времени реакции». Поэтому экспериментальная психология, послужившая фундаментом и для дифференциальной психологии, возникла, по существу, из недр физиологических исследований, проводившихся Вебером, Фехнером, Гельмгольцем, Гальтоном, наконец, Вундтом, создавшим первую экспериментальную лабораторию для проведения психологических исследований.

> Для многих ученых наиболее интересным аспектом изучения является сходство людей... Но неспециалиста больше интересует вопрос о различиях между людьми. Язык, который мы используем, говоря о людях, – это преимущественно язык индивидуальных различий (Goldberg, 1981). Во многих культурах социальное поведение объясняется через психические атрибуты, отличающие людей друг от друга (Fiske, Taylor, 1991). Индивидуальные различия – излюбленная тема для повседневных разговоров (*Капрара Дж., Сервон Д.* Психология личности. СПб.: Питер, 2003).

1.2. Зарождение дифференциальной психологии как науки

Основателем дифференциально-психофизиологического направления как самостоятельной научной дисциплины считается Уильям Штерн. В 1900 г. он выпустил книгу «О психологии индивидуальных различий: идеи к дифференциальной психологии». При переиздании (1911 г.) она вышла уже под другим названием — «Дифференциальная психология и ее методические основы». Однако еще до появления этой книги Бине и Генри опубликовали в 1895 г. статью «Психология индивидуальности», где впервые были сформулированы цели, предмет и методы дифференциальной психологии. В качестве ее главных проблем авторы указали изучение природы и степени индивидуальных различий в психических процессах и выявление взаимосвязи психических процессов человека, чтобы классифицировать качества и определить среди них фундаментальные.

Сначала предметом изучения развивающейся науки стали способности и интеллект, и здесь нельзя не упомянуть американца Джеймса Маккина Кеттелла.

В 1903 г. вышла книга Томсона «Индивидуальные различия полов», в которой впервые были изложены результаты всеобъемлющего тестирования мужчин и женщин, проводившегося в течение нескольких лет. Тогда же появились исследования различий расовых групп.

Развитие измерительных техник создало экспериментальную базу для выявления индивидуальных различий (психологического тестирования), но само по себе не могло привести к возникновению дифференциальной психологии, поскольку служило всего лишь вспомогательным средством для новой науки. Нужно было перейти от рассмотрения индивидуальных и — в принципе бесконечных — количественных различий между людьми к рассмотрению типических (качественных). Следовало обратиться к тому, что не только отличает людей, но и *объединяет их в группы по тем или иным признакам.* Это потребовало дихотомического анализа результатов тестирования, т. е. следовало отнести людей по тем или иным признакам к полярным группам: к способным или неспособным, смелым или трусливым, вспыльчивым или выдержанным, общительным или замкнутым и т. п. Кроме того, насущным стало изучить группы людей, отличающихся по полу, расе, культуре и т. д.

Именно такой подход был свойствен У. Штерну, который рассмотрел понятия психологического типа и индивидуальности. Автора интересовала природа различий между людьми, поэтому он обратился к наследственности, климату, социальному или культурному уровню развития, образованию и другим факторам.

...Можно высказать ряд соображений о том, что же такое типология личности, как она строится, чем отличается от индивидуальных различий и, наконец, как связана с жизненной стратегией. В советской психологии (в отличие от зарубежной, где издавна строились различные типологии) долгие годы преобладал взгляд на личность, который отвечал определенному социальному стандарту и предполагал, что существует один тип личности — советский человек.

Между тем за последние годы уже за пределами науки возник огромный интерес к гороскопам (своеобразным личностным календарям), определяющим индивидуальные черты, особенности поведения (вплоть до любви к власти и умения одеваться). Но, критикуя «научность» этих календарей, следует подумать о том, какой человеческой потребности отвечает это увлечение и, главное, правомерно ли выделять разные типы людей. По-видимому, в этом кроме неистребимого интереса к своей судьбе проявляется и потребность в самопознании, желание знать свои психологические особенности и качества личности. Стандартизация общественной жизни, которая долгие годы выравнивала всех людей, все же не сумела до конца истребить этого интереса к индивидуальному, особенному в другом и в самом себе.

...На наш взгляд, типология не является самоцелью и тем более не может быть средством простой классификации людей, за которой обычно скрывается желание доказать, что один лучше, другой хуже. Типология, или типологический подход тем отличается от индивидуального, что число индивидуальных различий бесконечно и в своем пределе ведет к утверждению неповторимости каждого. Между тем в разных типах представлено и определенное разнообразие (отличие одного типа от другого) и сходство, поскольку в один тип включается множество людей с некоторыми вариациями присущих данному типу особенностей (К. А. Абульханова-Славская, 1991, с. 266).

Нельзя не отметить, что дифференциальная психология часто сливается с психологическим тестированием и статистическими методами обработки результатов последнего. Примером этого служит книга американского психолога Анны Анастази «Дифференциальная психология: индивидуальные и групповые различия в поведении» (2001), в которой методологии тестирования и статистическим методам анализа данных уделено, с моей точки зрения, неоправданно большое внимание.

Вообще, создать типологию личности пытались много раз. Однако дифференциальная теория личности при этом развивается не поступательно (когда усовер-

шенствуются прежние представления), а как бы вширь: каждый автор предлагает свою типологию личности, никак не связанную с типологией других исследователей.

1.3. Дифференциальная психофизиология как часть дифференциальной психологии

Во второй половине XX в. в нашей стране из дифференциальной психологии выделилось новое направление — дифференциальная психофизиология, фундаментом для возникновения которой стало созданное И. П. Павловым учение о типах высшей нервной деятельности и свойствах нервной системы.

И. П. Павлов попытался связать типы темперамента, предложенные Гиппократом, с определенным сочетанием типологических особенностей свойств нервной системы. Так, он считал, что сангвиник — это человек с сильной, уравновешенной и подвижной нервной системой, флегматик — с сильной, уравновешенной, но инертной нервной системой, холерик — с сильной, но неуравновешенной (в сторону преобладания возбуждения) нервной системой, а меланхолик — человек со слабой нервной системой.

Кроме того, И. П. Павлов разработал концепцию двух сигнальных систем у человека. Исходя из соотношения между ними, он говорил о художественном и мыслительном типе людей.

Дифференциальная психофизиология — это научная дисциплина, возникшая на стыке дифференциальной психологии и психофизиологии. Как уже говорилось, она занимается индивидуальными (присущими индивидууму) и типическими (присущими группе людей, объединенных по какому-либо характерному для них признаку) различиями между людьми. Психофизиология изучает нервные механизмы психической деятельности. Соответственно дифференциальная психофизиология рассматривает зависимость индивидуальных психологических особенностей поведения, деятельности, общения человека от его биологической природы.

Наряду с общетеоретическим направлением в изучении свойств нервной системы, которое было свойственно лаборатории Б. М. Теплова—В. Д. Небылицына, в 1960–1980-е гг. исследователи старались выявить роль типологических особенностей свойств нервной системы и темперамента в спортивной, учебной и трудовой деятельности. Эти исследования проводились в научных коллективах Пермского педагогического института, Казанского и Санкт-Петербургского университетов, Института общей, возрастной и педагогической психологии АПН РФ, Российского педагогического университета им. А. И. Герцена, в институтах физической культуры. Накопленные факты о связи эффективности деятельности, например, в спорте высших достижений создали основательную базу для дальнейшего развития дифференциальной психофизиологии как научной дисциплины, помогли понять природные предпосылки максимального проявления человеком своих возможностей.

Изучение типологических особенностей проявления свойств нервной системы у множества людей различных профессий и занимающихся разными видами спорта помогло выделить типологические особенности этих свойств в качестве

психофизиологических критериев, которые необходимы для проведения профориентации и профотбора. Кроме того, это позволило сформулировать принципы прогнозирования эффективности деятельности с учетом таких типологических особенностей. Следовательно, осуществлен значительный шаг вперед в выяснении соотношения у человека биологического и социального, стало также явным не только теоретическое, но и практическое значение дифференциальной психологии.

Существует некий соблазн разграничить сферы дифференциальной психологии и дифференциальной психофизиологии и считать, что личностные различия людей — это прерогатива первой, а индивидные различия — второй дисциплины. С теоретической позиции это верно. Однако в практическом отношении обе научные дисциплины тесно переплетаются. Помимо всего прочего, причисление какого-либо аспекта к области одной из них зависит во многом от позиции автора. Если он считает, что его задача — простое описание психических различий между людьми, то выбирает дифференциальную психологию; если же исследователь стремится обнаружить биологические корни имеющихся различий, он становится как бы уже дифференциальным психофизиологом. Однако и в первом и во втором случае авторы могут изучать одно и то же психическое явление: способности и одаренность, различия в познавательных процессах, потребности и склонности и т. д. Поэтому так часто наблюдается повторение тем в книгах, посвященных как дифференциальной психологии, так и дифференциальной психофизиологии.

Вообще, последнюю можно рассматривать с двух сторон: в качестве самостоятельной научной дисциплины и как часть дифференциальной психологии. Поэтому неудивительно, что «чистые» дифференциальные психологи вынуждены включать в свои книги темы сугубо биологические (дифференциально-психофизиологические), скажем — наследственность, телосложение, конституциональные типы, темперамент, эмоции (см., например, книги А. Анастази, 2001; А. В. Либина, 2000).

В определенной мере это вполне оправдано, поскольку рассмотрение существующих между людьми различий только с социальных позиций, осуществляемое, например, гендерной и этнической психологией, входящих в дифференциальную психологию, искажает истинные причины изучаемых половых и этнических отличий. Вопрос заключается только в том, насколько полно, систематично и адекватно раскрываются в подобных книгах дифференциально-психофизиологические аспекты проблемы. В объемном труде А. Анастази, разрекламированном в качестве одного из лучших классических учебников по дифференциальной психологии, ничего, в частности, не говорится о разработанном в нашей стране дифференциально-психофизиологическом направлении в изучении типических различий (но зато имеется глава об умственной неполноценности, как будто предметом этой дисциплины является установление различий между нормой и патологией).

С другой стороны, «чисто» дифференциально-психофизиологический подход к человеку может способствовать недооценке роли социальных факторов в установлении причин различий между людьми, т. е. биологизаторскому уклону. Поэтому комплексное рассмотрение таких различий с учетом данных двух научных дисциплин — более верное решение, чем подчас искусственное разделение вопро-

са по различным «сферам» Нельзя забывать, что человек един, а разделение психологии на разные дисциплины — условно.

Итак, что же интересует дифференциальную психологию? Первое, на что указывает А. Анастази, — количественное исследование индивидуальных различий в поведении; выяснение того, какова природа этих различий и насколько они велики. Второе — анализ природы и свойств большинства традиционных групп, маргинальных и гениальных людей, различающихся по расовым, половым, национальным и культурным признакам. К сожалению, объем данной книги не позволяет хотя бы кратко изложить вопросы, касающиеся расовых, национальных и культурных различий.

Часть первая

Типы темперамента и личности

Индивидуальные особенности человека проявляются как в природных, так и в приобретенных в онтогенезе свойствах. Сочетание врожденных свойств образует ту структуру, которую принято называть темпераментом, а сочетание приобретенных социальных свойств относят к личности. Они, с одной стороны, неодинаковы у разных людей, но с другой – сходны у многих лиц. В связи с этим выделяют типы темперамента и типы личности.

ГЛАВА 2

Учение о темпераменте

2.1. Возникновение учения о темпераменте. Гуморальные теории типов темперамента

Учение о темпераменте и его типах имеет длинную историю. Его основу заложил Гиппократ, который, используя гуморальный подход, выделил четыре типа «красиса» (в переводе с греч. — «смешения»), т. е. соотношения в организме четырех жидкостей (соков): крови, желтой и черной желчи и слизи. Каждая жидкость имеет свои свойства (кровь — тепло, слизь — холод, желтая желчь — сухость, черная желчь — влажность), и поэтому преобладание одной из них определяет состояние организма, его склонность к тем или иным заболеваниям.

Великий ученый и врач Древней Греции Гиппократ родился в 460 г. до н. э. на острове Кос. Происходил из семьи, члены которой из поколения в поколение занимались искусством врачевания. Уже в 20-летнем возрасте Гиппократ пользовался славой превосходного врача и стал жрецом. После стажировки в Египте вернулся на родной остров и основал там свою медицинскую школу. К концу жизни переехал в Фессалию, где и умер, как предполагают, в 377 г. до н. э. Долгие годы его могила была местом паломничества.

Древнегреческий философ Аристотель, живший чуть позже Гиппократа, видел причину различий между людьми не в преобладании того или иного сока, а в различиях состава важнейшего из них — крови. Он заметил, что свертывание крови у разных животных неодинаково. Более быстрое обусловлено, по его мнению, преобладанием твердых, или земляных, частиц, замедленное — преобладанием водных, или жидких, частиц. Жидкая кровь холодная и предрасполагает к страху, кровь же, богатая плотными веществами, отличается теплотой и порождает гнев.

Влияние аристотелевской теории сохранялось очень долго. Даже Иммануил Кант в своей работе «Антропология» (1798) соотносил тип темперамента с характеристиками крови: легкокровный, или сангвинический; тяжелокровный, или меланхолический; теплокровный, или холерический (вспомним, что про вспыльчивого человека говорят, что у него «горячая кровь»); хладнокровный, или флегматический.

В популярной литературе и учебниках принято считать именно Гиппократа основателем учения о четырех типах темперамента, которое сохранилось и поныне, — сангвиническом, холерическом, флегматическом и меланхолическом. Однако это не совсем так. Их действительно выделил он, но названия самих этих типов связаны с именами римских врачей, живших несколько столетий спустя и использовавших представления Гиппократа о смешении жидкостей. Они заменили

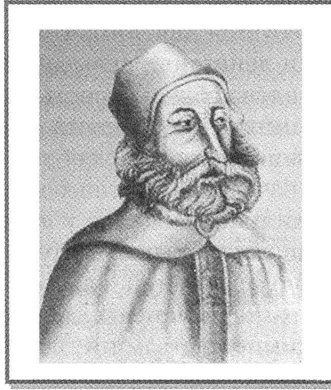
греческое слово «красис» на латинское слово *temperamentum* («надлежащее соотношение частей, соразмерность»), от которого и ведет свое начало термин «темперамент».

Один из них, Гален (II в. н. э.), дал первую развернутую классификацию темпераментов, основанную все на тех же гуморальных представлениях Гиппократа о «красисе». Она включала 13 типов, в том числе и те, о которых сказано было выше. С его точки зрения, преобладание желтой желчи (лат. *chole* — «холе») свидетельствует о холерическом темпераменте, крови (*sanguis* — «сангвис») — о сангвиническом, черной желчи (*melanòs chole* — «меланос холе») — о меланхолическом, а слизи (*phlegma* — «флегма») — о флегматическом темпераменте. Правда, психологическая характеристика этих типов темперамента у Галена была небогатой, но со временем она все больше расширялась. Так, Иммануил Кант сангвинический и меланхолический типы рассматривал как темпераменты чувства, а холерический и флегматический — темпераменты действия (с современных позиций первые два характеризуются повышенной эмоциональностью, а вторые — повышенной активностью). По Канту, сангвиник — веселый и беззаботный человек, меланхолик — мрачный и тревожный, холерик — вспыльчивый и активный, но не на долгое время, флегматик — хладнокровный и ленивый.

В связи с этим Вильгельм Вундт писал, что в будничных радостях и горестях жизни надо быть сангвиником, в важных событиях жизни — меланхоликом, относительно влечений, затрагивающих наши интересы, — холериком, а в исполнении принятых решений — флегматиком. К сожалению, это совершенно невыполнимо.

Надо отметить, что понятие о темпераменте в те времена существенно отличалось от нынешнего. Психологические характеристики тогда почти отсутствовали. В основном древние врачи вели речь об организме и даже об отдельных органах. Например, Гален говорил о темпераменте частей тела — сердца, печени, мозга.

Развитие в эпоху Возрождения анатомии и физиологии привело к новшествам в объяснении типов темперамента. Их все больше стали связывать с особенностями строения тела. Например, ряд ученых, помимо физических свойств крови, положил в основу разделения различие тканей и ширину просвета сосудов. Легкая кровь, рыхлые ткани и умеренно расширенные сосуды облегчают, по мысли этих ученых, течение жизненных процессов и порождают сангвинический темперамент. При значительной плотности в тканях кровь задерживается в сосудах,



Знаменитый римский врач Клавдий Гален родился в 130 г. в городе Пергаме (Малая Азия).

Он был сыном всесторонне развитого архитектора. Учился сначала в философской школе в родном городе, но через несколько лет переехал в Смирну и там стал изучать медицину под руководством знаменитого врача Пелона. По его совету выехал в Александрию, которая в те времена была средоточием науки и культуры, чтобы изучить произведения Гиппократа. В Александрии Гален полностью овладел врачебным искусством и, вернувшись в Пергам, стал врачом гладиаторов. Через несколько лет он переехал в Рим, где завоевал всеобщее уважение и славу. Там Гален написал несколько трактатов, посвященных медицине. К старости он вернулся в Пергам, чтобы в тишине и спокойствии продолжать занятия наукой. В этом городе он и умер в 200 г.

пульс становится сильнее и быстрее, общая теплота тела возрастает — это создает холерический темперамент. При плотной крови и узких сосудах в ткани возникает только жидкая, водянистая часть крови, благодаря чему рождается флегматический темперамент. Человек, им характеризующийся, обладает малой теплотой и бледным цветом кожи. Наконец, плотная, темная кровь с узкими порами тканей и широким просветом сосудов ведет к образованию меланхолического темперамента.

Эта теория несколько в измененном виде сохранялась вплоть до конца XIX–начала XX в. Например, П. Ф. Лесгафт (1910) считал, что в происхождении темпераментов очень важную роль играет широта просвета и толщина стенок сосудов: у холериков — малый просвет и толстые стенки, что приводит к быстрому и сильному течению крови; у сангвиников — малый просвет и тонкие стенки, что способствует быстрому и слабому течению крови и т. д.

Другое анатомическое направление в объяснении типов темперамента касалось строения центральной нервной системы, так как именно мозг теснее всего связан с теми психическими особенностями, которые характеризуют различные темпераменты. Некоторые видели главную основу последних в величине мозга и толщине нервов, другие — в специфике их функционирования.

Так, Альбрехт Галлер, основоположник экспериментальной физиологии, который ввел важные для физиологии и психологии понятия возбудимости и чувствительности, утверждал, что основной фактор различий в темпераменте — возбудимость самих кровеносных сосудов, через которые проходит кровь. Его ученик Г. Врисберг связывал темперамент непосредственно с особенностями нервной системы. По его мнению, холерическо-сангвинический обусловлен крупным мозгом, «сильными и толстыми нервами» и высокой возбудимостью органов чувств. Для людей с флегматико-меланхолическим темпераментом характерен небольшой мозг, «тонкие нервы» и невысокая возбудимость органов чувств. Идея о том, что специфика темперамента связана с определенными анатомическими и физиологическими характеристиками нервной системы, так или иначе прослеживается в учениях многих философов, анатомов и врачей XIX в.

Известный в свое время анатом И. Генле (J. Henle, 1876) предложил оригинальную и, надо признать, представляющую интерес и в настоящее время теорию темпераментов. Он исходил из «тонуса» нервной и мышечной систем (или, как сейчас говорят, уровня активации покоя). С точки зрения этого ученого, тонус нервной системы у разных людей различен. Чем он больше, тем легче возбуждается человек, тем меньшее прибавочное раздражение требуется для того, чтобы вызвать в нем соответствующие ощущения, чувства или действия. Невысокая степень тонуса свойственна флегматикам — этим обусловлена общая вялость их движений, эмоциональная невозбудимость, слабость мимики, медленность походки и т. д. Благодаря малой двигательной активности у них наблюдается обильная эксудация питательных жидкостей в ткани тела и значительное отложение жира. Сангвиники и холерики отличаются легкой возбудимостью, однако у первых возбуждение проходит так же быстро, как и возникло, а у вторых оно сохраняется дольше, от чего зависит постоянство и глубина их чувствований и настойчивость поступков. Меланхолический темперамент характеризуется, с точки зрения Генле, несоответствием между сильными, глубокими чувствами и плохо развитой склонностью к деятельности.

Близка к этой теории и попытка французского философа А. Фулье (A. Fouillee, 1901) построить теорию темпераментов на основе учения об обмене веществ в организме. То, что Генле называет тонусом нервной системы, по мнению Фулье, сводится к большей или меньшей напряженности процессов распада и восстановления веществ в тканях тела, особенно в центральной нервной системе (т. е. к тому, что сейчас называют интенсивностью обменных процессов). По Фулье, в одних случаях преобладают процессы распада энергоисточников, в других — процессы восстановления. Соответственно сангвинический темперамент характеризуется преобладанием восстановления, избытком питания, быстрой, но слабой и непродолжительной реакцией. Меланхолический (или нервный) — преобладанием восстановления нервного вещества, недостаточным его питанием, медленной, но сильной и продолжительной реакцией. Для холерического темперамента характерен быстрый и сильный распад, а для флегматического — медленный и слабый распад нервного вещества.

Ряд ученых в нашей стране тоже придерживался гуморально-эндокринной теории происхождения типов темперамента. П. П. Блонский (1927) считал, что особенности поведения человека зависят от того, насколько уравновешенно и согласованно работают симпатический и парасимпатический отделы вегетативной нервной системы. Ваготоники медлительны и спокойны, не склонны фантазировать, мыслят трезво и реалистично. Симпатикотоники, напротив, импульсивны, решительны, часто увлекаются и отрываются от действительности.

Попытки построить классификацию типов поведения человека, принимая в расчет повышенную или пониженную деятельность отдельных желез внутренней секреции, предпринимали Н. А. Белов (1924), Б. М. Завадовский (1928) и др. Так, по мнению Б. М. Завадовского, различия в темпераментах обусловлены взаимодействием щитовидной и надпочечной желез: у сангвиника их активность высока, у флегматика — слаба; у холерика — слабая активность щитовидной железы, но сильная надпочечников; у меланхолика — наоборот.

Известна также химическая теория темперамента, выдвинутая в 1920-е гг. У. Мак-Дауголлом. Она непосредственно примыкает к древней гуморальной концепции. Тогда же японский психолог Т. Фурукава указал, что основным методом диагностики темперамента служит определение химического состава крови.

Что такое темперамент

Проблема темперамента является одной из наиболее разработанных проблем в советской психологии. Л. С. Выготский к темпераменту относил особенности склада всех прирожденных и наследственных реакций, наследственную конституцию человека. Согласно его представлениям, темперамент – эта та сфера личности, которая обнаруживается в инстинктивных, эмоциональных и рефлекторных реакциях человека. Л. С. Выготский выделил две основные характеристики темперамента: 1) телесную выразительность и 2) характер и темп движений.

И. П. Павлов отождествлял темперамент с типом нервной системы. «Наши типы нервной системы, – говорил он, – есть то, что обозначают словом "темперамент"», и далее: «Темперамент – есть наиболее общая характеристика его [человека. – *Е. И.*] нервной системы, и эта последняя кладет ту или иную печать на всю деятельность каждого индивидуума».

Более развернутое определение темперамента дает Б. М. Теплов в 1946 г. в своем учебнике для средней школы: «Темпераментом называются индивидуальные особенности человека, выражающиеся: 1) в эмоциональной возбудимости..., 2) в большей или меньшей тенденции к сильному выражению чувств вовне..., 3) в быстроте движений, общей подвижности человека».

Представления С. Л. Рубинштейна о темпераменте сводились к подчеркиванию его динамических характеристик, которые выражаются, по его мнению, в импульсивности, темпе, силе, устойчивости, напряженности, амплитуде колебаний и т. п. психических процессов. При этом С. Л. Рубинштейн подчеркивал, что динамическая характеристика психической деятельности не имеет самодовлеющего характера; она зависит от содержания деятельности и конкретных условий деятельности, от отношения к этим условиям и к тому, что он (человек) делает.

Б. Г. Ананьев относил к темпераменту те «индивидуальные особенности организма», которые определяются деятельностью «двигательных органов, органов чувств и всего нервно-мозгового аппарата». Он рассматривал темперамент как «совокупность физиологических и психических особенностей человека». В качестве ведущих характеристик им были выделены сила, скорость и устойчивость психических процессов. Другими важнейшими показателями темперамента он считал чувствительность и впечатлительность человека, особенности переживания собственных поступков и действий.

Сходное представление о темпераменте развивал Н. Д. Левитов. «Под темпераментом, – пишет он, – мы будем понимать ту, основанную на прирожденном типе высшей нервной деятельности, сторону личности, которая выражается в эмоциональной возбудимости (быстроте внушения, устойчивости и яркости эмоций) и связанном с этой возбудимостью темпе психических процессов» (В. М. Русалов, 1979, с. 164–165).

2.2. Описание типов темперамента И. Кантом

Иммануил Кант (1966) дал формальное описание четырех типов темперамента, которые он разделил на две группы. Сангвинический и меланхолический типы рассматривались им как темпераменты чувства, а холерический и флегматический — как темпераменты действия. (С современной точки зрения первые можно связать с такой характеристикой темперамента, как эмоциональность, а вторые — с активностью.)

Сангвиник определялся И. Кантом как человек веселого нрава, который представляет собой хорошего собеседника, умеет и любит общаться, легко заводит друзей. Такой человек полон надежд и веры в успех всех своих начинаний. Беззаботен и поверхностен, может придавать чему-то чрезмерное значение и тут же забывать об этом навсегда. Если расстраивается, то не испытывает глубоких отрицательных эмоций и быстро утешается. Обещает и не выполняет своих обещаний, так как не обдумывает заранее, способен ли он их исполнить. Это грешник: искренне раскаивается в содеянном, легко забывает о своем раскаянии и грешит снова. Работа его быстро утомляет, а занятия, которым он отдается, являются для него скорее игрой, чем серьезным делом.

Меланхолик характеризовался И. Кантом как человек мрачный. Он недоверчив и полон сомнений, готов во всем видеть повод для тревоги и опасений. Остерегается давать обещания, так как детально продумывает все трудности, связанные с их выполнением. Нарушить же данное слово он не может — ему это неприятно. Он редко веселится и не любит, когда веселятся другие.

Холерик — человек вспыльчивый. Он легко раздражается и впадает в ярость, но так же легко и отходит, особенно если ему уступают. Очень активен; начав что-нибудь делать, действует энергично, однако этого запала ему хватает ненадолго; у него нет терпения и выдержки. Предпочитает руководить другими. Честолюбив, любит участвовать в различных церемониях, хочет, чтобы его все хвалили, поэтому окружает себя льстецами. Забота о других людях и великодушие у него показные — любит он только себя. Старается выглядеть умнее, чем есть на самом деле, и все время боится, что другие это поймут. Холерический темперамент боль-

ше, чем другие типы, вызывает противодействие со стороны окружающих, поэтому И. Кант считал, что его обладатели — несчастные люди.

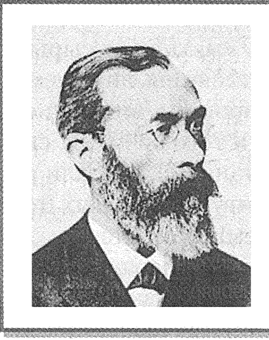
Флегматик — это хладнокровный, не подверженный аффективным вспышкам человек. Его недостатком оказывается склонность к бездеятельности (лень) даже в ситуациях, настоятельно требующих активности. Но, начав что-либо делать, он обязательно доводит дело до конца. Благоразумен, придерживается принципов и воспринимается как мудрый человек. Нечувствителен к нападкам, не задевает тщеславия других людей, а потому уживчив. Однако может подчинить своей воле волю других людей, причем незаметно для них. И. Кант полагал этот тип темперамента самым удачным.

2.3. Новый подход В. Вундта к темпераменту

Постепенно среди ученых все более крепло убеждение в том, что свойства темперамента наиболее отчетливо проявляются в тех формах поведения, которые непосредственно связаны с энергетическими тратами организма — со способами накопления и расходования энергии и количественными характеристиками этих процессов. Поэтому большинство исследователей темперамента обращали внимание прежде всего на эмоциональные и моторные реакции индивида, особенно подчеркивая их силу (интенсивность) и протекание во времени. Классическим примером такого подхода может служить типология темпераментов, предложенная В. Вундтом (W. Wundt, 1893). Он понимал темперамент как предрасположенность к аффекту — данное представление нашло выражение в следующем тезисе: темперамент для эмоции то же, что возбудимость — для ощущения.

Придерживаясь такого взгляда, В. Вундт выделил два биполярных свойства темперамента: силу и быстроту изменения (стабильность — нестабильность) эмоции, подчеркивая тем самым значение энергетической характеристики индивида (см. табл. 2.1). Сильные эмоциональные реакции в сочетании с эмоциональной нестабильностью образуют холерический темперамент, небольшая сила эмоциональных реакций в сочетании с их нестабильностью — сангвинический темперамент и т. д.

Таким образом, В. Вундт отошел от чисто описательного подхода, выделив две характеристики, которые могут быть измерены. Поэтому описание типов темперамента могло теперь основываться не только на наблюдении поведения и умозрительных заключениях, но и на объективных данных. Он же высказал и важ-



Вильгельм Вундт родился в 1832 г. в Германии.

Основатель экспериментальной психологии. В 1879 г. открыл при Лейпцигском университете первый в мире Институт экспериментальной психологии. Им написано более 500 научных статей и книг по психологии, философии, языковедению. Умер в 1920 г.

ную мысль о том, что каждый темперамент имеет свои положительные и отрицательные стороны.

Таблица 2.1

Классификация темпераментов (по Вундту)

Быстрота изменяемости чувства	Сила чувств	
	сильная	**слабая**
Быстрая	Холерик	Сангвиник
Медленная	Меланхолик	Флегматик

2.4. Конституциональный подход к темпераменту

В широком смысле понятие конституции охватывает все наследственные или врожденные анатомические, физиологические и психические свойства индивида.

Под влиянием антропологов, обративших внимание на различия в строении тела, и психиатров, подчеркивавших индивидуальные различия в предрасположенности к психическим заболеваниям, на рубеже XIX и XX вв. сформировалась концепция, согласно которой существует связь между телосложением и свойствами темперамента. Это представление, распространенное прежде всего среди итальянских, французских и немецких исследователей, наиболее полное выражение получило у французского врача Клода Сиго (C. Sigaud, 1904).

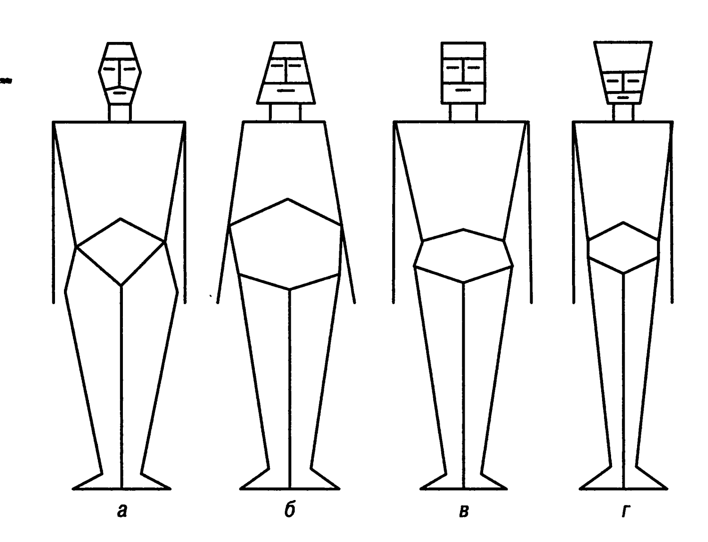
Он создал типологию, в основе которой лежало представление о том, что организм человека и его расстройства зависят от среды и врожденных предрасположенностей. Каждой системе организма соответствует определенная внешняя среда, воздействующая на нее. Так, воздух — источник дыхательных реакций; пища, попадающая в пищеварительную систему, образует источник пищевых реакций; моторные реакции протекают в физической среде; социальная среда вызывает различные мозговые реакции. Исходя из этого, К. Сиго выделяет — в зависимости от преобладания в организме одной из систем — четыре основных типа телосложения: дыхательный, пищеварительный, мускульный и церебральный (мозговой) (рис. 2.1).

Преобладание какой-либо одной системы над остальными приводит к специфической реакции индивида на определенные изменения окружающей среды, благодаря чему каждому из типов телосложения соответствуют определенные особенности темперамента. Виола, выделив три типа конституции, поставил их в зависимость от длины конечностей и величины внутренних органов. П. П. Блонский делил людей, исходя из комплекции, на две группы: «мягких и сырых» и «сухих и твердых». Первые, по его мнению, аффективны, рассеянны, внушаемы; вторые — интеллектуальны, самостоятельны, обладают хорошим вниманием, жестоки. Взгляды К. Сиго, как и некоторые другие концепции того времени, связывающие телосложение с психическими особенностями организма, оказали существенное влияние на формирование современных конституциональных теорий, получивших широкое распространение в психологии темперамента.

Среди них особо популярными стали те, в которых свойства темперамента, понимаемые как наследственные или врожденные, непосредственно связывали с индивидуальными различиями в телосложении — ростом, полнотой или пропорциями.

Рис. 2.1

Типы телосложения (по К. Сиго):
а – дыхательный,
б – пищеварительный,
в – мускульный,
г – мозговой



Конституциональная типология Э. Кречмера

Главным идеологом конституциональной типологии был немецкий психиатр Э. Кречмер, опубликовавший в 1921 г. работу под названием «Строение тела и характер» (в русском переводе книга вышла в 1924 г., последнее переиздание — 1995 г.). Он обратил внимание, что каждому из двух видов заболеваний — маниакально-депрессивному (циркулярному) психозу и шизофрении — соответствует определенный тип телосложения. Это позволило ему утверждать, что тип телосложения определяет психические особенности людей и их предрасположенность к соответствующим психическим заболеваниям. Многочисленные клинические наблюдения побудили Э. Кречмера предпринять систематические исследования строения человеческого тела. Произведя множество измерений различных его частей, автор выделил четыре конституциональных типа.

1. **Лептосоматик** (греч. *leptos* — «хрупкий», *soma* — «тело»). Обладает цилиндрической формой туловища, хрупкого телосложения, высокого роста, грудная клетка плоская, вытянутое лицо яйцеобразной формы (анфас). Длинный тонкий нос и неразвитая нижняя челюсть образуют так называемый угловой профиль. Плечи у лептосоматика узкие, нижние конечности длинные, кости и мышцы тонкие. Индивидов с крайней выраженностью этих особенностей Э. Кречмер называл астениками (греч. *astenos* — «слабый»).
2. **Пикник** (греч. *pyknos* — «толстый, плотный»). Ему свойственны чрезмерная тучность, малый или средний рост, расплывшееся туловище, большой живот, круглая голова на короткой шее. Относительно большие периметры тела (головы, груди и живота) при узких плечах придают телу бочкообразную форму. Люди этого типа склонны к сутулости.
3. **Атлетик** (греч. *athlon* — «борьба, схватка»). Имеет хорошую мускулатуру, крепкое телосложение, высокий или средний рост, широкий плечевой пояс и узкие бедра, отчего фронтальный вид тела образует трапецию. Жировая прослойка не выражена. Лицо в форме вытянутого яйца, нижняя челюсть хорошо развита.

4. **Диспластик** (греч. *dys* — «плохо», *plastos* — «сформированный»). Его строение бесформенное, неправильное. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения (например, чрезмерным ростом).

Выделенные типы не зависят от роста человека и его худобы. Речь идет о пропорциях, а не об абсолютных размерах тела. Могут быть толстые лептосоматики, тщедушные атлетики и худые пикники.

Эрнст Кречмер родился в 1888 г. в Германии. Был директором неврологической клиники в Марбурге, руководителем клиники Тюбингенского университета. В 1939 г. отказался занять пост президента Немецкой психиатрической ассоциации, выразив несогласие с теорией расовой неполноценности, проповедовавшейся официальной психиатрией гитлеровской Германии. Умер в 1964 г.

Большинство больных шизофренией, по мнению Э. Кречмера, составляют лептосоматики, хотя встречаются и атлетики. Пикники же образуют наибольшую группу среди больных циклофренией (маниакально-депрессивным психозом) (рис. 2.2). Атлетики, которые менее других предрасположены к психическим заболеваниям, обнаруживают некоторую склонность к эпилепсии.

Э. Кречмер предположил, что и у здоровых людей наблюдается подобная зависимость между телосложением и психикой. По утверждению автора, они носят в себе зародыш психических заболеваний, в определенной степени будучи предрасположенными к таковым. У людей с тем или иным типом телосложения возникают психические свойства, сходные с теми, которые характерны для соответствующих психических заболеваний, хотя и в менее выраженной форме. Так, например, здоровый человек с лептосоматическим телосложением обладает свойствами, напоминающими поведение шизофреника; пикник в своем поведении проявляет черты, типичные для маниакально-депрессивного психоза. Атлетика же характеризуют некоторые психические свойства, напоминающие поведение больных эпилепсией.

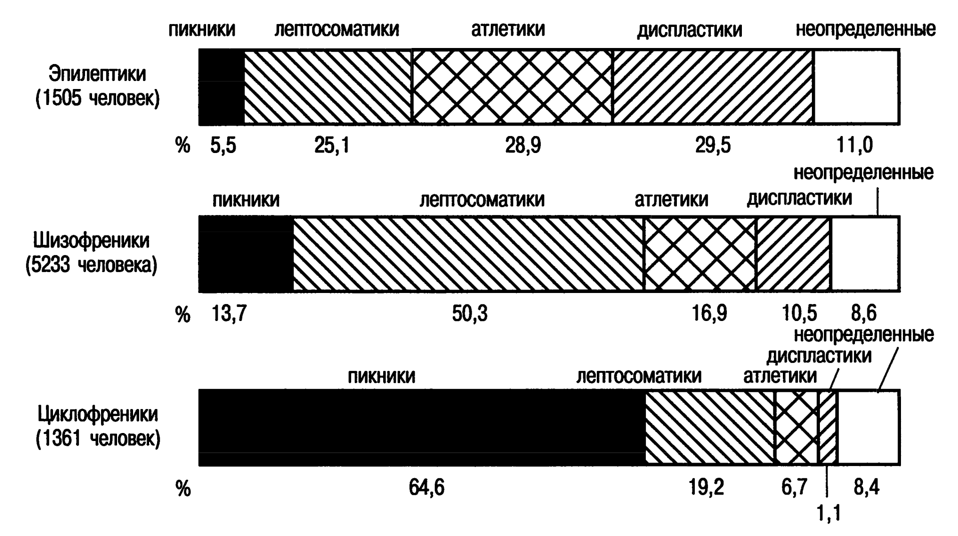


Рис. 2.2. Распределение психических заболеваний в зависимости от типа телосложения (по Э. Кречмеру)

В зависимости от склонности к разным эмоциональным реакциям Э. Кречмер выделил две большие группы людей. Эмоциональная жизнь одних характеризуется диадетической шкалой (т. е. свойственные им настроения можно представить в виде шкалы, полюсы которой — «веселый — печальный»). У представителей этой группы циклотимический тип темперамента.

Эмоциональная жизнь других людей характеризуется психэстетической шкалой («чувствительный — эмоционально тупой, невозбудимый). Эти люди обладают шизотимическим темпераментом.

Шизотимик (это название происходит от «шизофрении») имеет лептосоматическое или астеническое телосложение. При расстройстве психики обнаруживает предрасположенность к шизофрении. Замкнут, склонен к колебаниям эмоций — от раздраженности до сухости, упрям, малоподатлив к изменению установок и взглядов. С трудом приспосабливается к окружению, склонен к абстракции.

Циклотимик (название связано с циркулярным, или маниакально-депрессивным, психозом) — противоположность шизотимика. Имеет пикническое телосложение. При нарушении психики обнаруживает предрасположенность к маниакально-депрессивному психозу. Эмоции колеблются между радостью и печалью. Легко контактирует с окружением, реалистичен во взглядах. Э. Кречмер выделял также вискозный (смешанный) тип.

Зависимость между типом телосложения и некоторыми психическими свойствами или, в крайних случаях, психическими заболеваниями Э. Кречмер объяснял тем, что как тип строения тела, так и темперамент имеют одну и ту же причину: они обусловлены деятельностью эндокринных желез и связанным с ней химическим составом крови, — таким образом, химические свойства зависят во многом от определенных особенностей гормональной системы.

Осуществленное Э. Кречмером сопоставление типа телосложения с эмоциональными типами реагирования дало высокий процент совпадения (табл. 2.2).

Таблица 2.2

Связь между строением тела и темпераментом, % (Э. Кречмер, 1995)

Строение тела	Циклотимики	Смешанные	Шизотимики
Пикническое	94,4	2,8	2,8
Лептосомное	12,2	17,1	70,7

В зависимости от типа эмоциональных реакций автор выделяет веселых и грустных циклотимиков и чувствительных или холодных шизотимиков.

Темпераменты. Они, как мы это твердо эмпирически знаем, обусловлены гуморально химизмом крови. Их телесным представителем является аппарат мозга и желез. Темпераменты составляют ту часть психического, которая, вероятно по гуморальному пути, стоит в корреляции со строением тела. Темпераменты, давая чувственные тона, задерживая и стимулируя, проникают в механизм «психических аппаратов». Темпераменты, поскольку возможно эмпирически установить, имеют, очевидно, влияние на следующие психические качества: 1) на психэстезию — чрезмерную чувствительность или нечувствительность по отношению к психическим раздражениям; 2) на окраску настроения — оттенок удовольствия и неудовольствия в психических содержаниях, прежде всего на шкалу веселого или печального; 3) на психический темп — ускорение или задержку психических процессов вообще

и их специального ритма (цепко держащийся, неожиданно соскакивающий, задержка, образование комплексов); 4) на психомоторную сферу, а именно на общий двигательный темп (подвижный или флегматичный), а также на специальный характер движений (параличный, быстрый, стройный, мягкий, закругленный) (Э. Кречмер, 2000, с. 200).

Теория темперамента Э. Кречмера получила распространение и в нашей стране. Причем некоторым (например, М. П. Андрееву, 1930) казалось, что вопрос о связи телосложения и психического склада человека решен окончательно. В доказательство правильности кречмеровской теории П. П. Блонский ссылался на работы одного профессора-животновода, давшего описание «сухих и сырых» пород лошадей, свиней, коров и овец. П. П. Блонский в связи с этим рассматривал человеческие «биотипы» как частные случаи проявления общих биотипов животного мира.

Вскоре, однако, наступило разочарование, так как попытки воспроизвести результаты, описанные Э. Кречмером, показали: большинство людей нельзя отнести к крайним вариантам. Связи между типом телосложения и особенностями эмоционального реагирования не достигали уровня достоверности. Критики стали говорить, что неправомерно распространять закономерности, выявленные в патологии, на норму.

Конституциональная типология У. Шелдона

Несколько позже в США приобрела популярность концепция темперамента, выдвинутая У. Шелдоном (W. H. Sheldon, S. S. Stevens, 1942), которая была сформулирована в 1940-е гг. В основе представлений Шелдона, чья типология близка к концепции Кречмера, лежит предположение о том, что структура тела определяет темперамент, выступающий его функцией. Но эта зависимость замаскирована благодаря сложности нашего организма и психики, и потому раскрыть связь между физическим и психическим возможно при выделении таких физических и психических свойств, которые в наибольшей степени демонстрируют подобную зависимость.

У. Шелдон исходил из гипотезы о существовании основных типов телосложения, которые он описал, пользуясь специально разработанной фотографической техникой и сложными антропометрическими измерениями. Оценивая каждое из 17 выделенных им измерений по 7-балльной шкале, автор пришел к понятию соматотипа (типа телосложения), который можно описать с помощью трех основных параметров. Заимствуя термины из эмбриологии, он назвал данные параметры следующим образом: эндоморфия, мезоморфия и эктоморфия. В зависимости от преобладания какого-либо из них (оценка в 1 балл соответствует минимальной интенсивности, 7 баллов — максимальной) У. Шелдон выделил следующие типы телосложения.

1. *Эндоморфный* (7–1–1). Название связано с тем, что из эндодермы образуются преимущественно внутренние органы, а у людей такого типа как раз наблюдается их чрезмерное развитие. Телосложение относительно слабое, с избытком жировой ткани.
2. *Мезоморфный* (1–7–1). У представителей данного типа хорошо развита мускульная система, которая образуется из мезодермы. Стройное крепкое

тело, противоположное мешковатому и дряблому телу эндоморфа. Мезоморфный тип обладает большой психической устойчивостью и силой.

3. *Эктоморфный* (1–1–7). Из эктодермы развивается кожа и нервная ткань. Организм хрупок и тонок, грудная клетка уплощена. Относительно слабое развитие внутренних органов и телосложения. Конечности длинные, тонкие, со слабой мускулатурой. Нервная система и чувства относительно плохо защищены.

Если отдельные параметры выражены одинаково, автор относил данного индивида к смешанному (среднему) типу, оценивая его как 1–4–4.

В результате многолетних исследований здоровых, нормально питающихся людей различного возраста У. Шелдон пришел к выводу, что этим типам телосложения соответствуют определенные типы темперамента.

Он изучил 60 психологических свойств, причем его основное внимание было обращено на такие свойства, которые связаны с характеристиками экстраверсии — интроверсии. Они оценивались, как и в случае соматотипа, по 7-балльной шкале. С помощью корреляции были выделены три группы свойств, названные по функциям определенных органов тела:

- висцеротония (лат. *viscera* — «внутренности»),
- соматотония (греч. *soma* — «тело»),
- церебротония (лат. *сегеbгит* — «мозг»).

В соответствии с этим он выделил три типа темперамента людей:

- **висцеротоников** (7–1–1),
- **соматотоников** (1–7–1),
- **церебротоников** (1–1–7).

По мнению У. Шелдона, у каждого человека имеются все три названные группы физических и психических свойств. Преобладанием же тех или иных из таковых и определяются различия между людьми. Как и Э. Кречмер, У. Шелдон утверждает, что между типом телосложения и темпераментом имеется большое соответствие. Так, у лиц с доминирующими качествами эндоморфного телосложения выражены свойства темперамента, относящиеся к висцеротонии. Мезоморфный тип коррелирует с соматотоническим типом, а эктоморфный — с церебротоническим. Соотношение типов телосложения с характерными для них свойствами темперамента представлено на рис. 2.3 и в табл. 2.3.

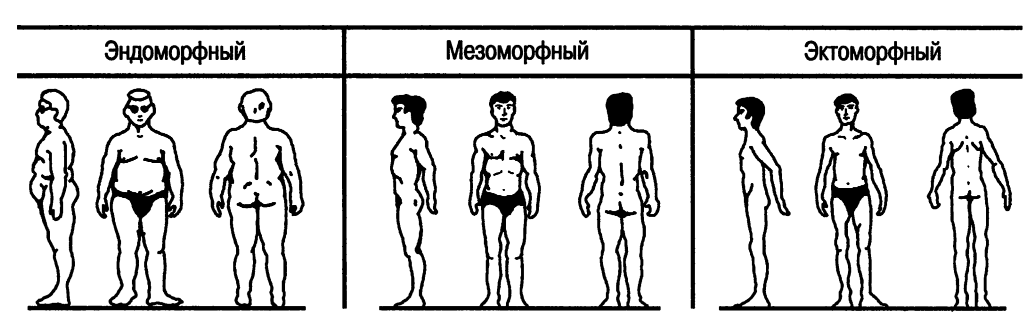


Рис. 2.3. Типы телосложения (по У. Шелдону)

Таблица 2.3

Типы темперамента и их характеристики (по У. Шелдону)

Висцеротония	Соматотония	Церебротония
Расслабленность в осанке и движениях	Уверенность в осанке и движениях	Заторможенность в движениях, скованность в осанке
Любовь к комфорту	Склонность к физической деятельности	Чрезмерная физиологическая реактивность
Медленная реакция	Энергичность	Повышенная скорость реакции
Пристрастие к еде	Потребность в движениях и удовольствие от них	Склонность к уединению
Социализация пищевой активности	Потребность в доминировании	Склонность к рассуждениям
Любовь к компаниям, дружеским излияниям	Склонность к риску и игре случая	Скрытность чувств, эмоциональная заторможенность
Склонность к общественной жизни	Решительные манеры, храбрость	Самоконтроль мимики
Приветливость со всеми	—	Заторможенность в общении
Жажда любви и одобрения	Сильная агрессивность	Избегание стандартных действий
Ориентация на других	Психологическая нечувствительность	Боязнь открытого пространства (агорафобия)
Эмоциональная ровность	—	Непредсказуемость поведения
Терпимость	Боязнь замкнутого пространства (клаустрофобия)	—
Безмятежная удовлетворенность	Отсутствие сострадания	Тихий голос, избегание шума
Отсутствие взрывных поступков и эмоций	С трудом приглушаемый голос	Чрезмерная чувствительность к боли
Мягкость, легкость в обращении и внешнем выражении чувств	Выносливость к боли	Плохой сон, хроническая усталость
Хороший сон	Шумное поведение	Концентрированное, скрытое и субъективное мышление
Юношеская живость	Объективное и широкое мышление, направленное вовне	Внешний вид соответствует более пожилому возрасту
Общительность и расслабленность под воздействием алкоголя	Самоуверенность, агрессивность под воздействием алкоголя	Устойчивость к действию алкоголя

Висцеротония	Соматотония	Церебротония
Потребность в людях в тяжелую минуту	Потребность в действиях в тяжелую минуту	Потребность в уединении в тяжелую минуту
Ориентация на детей и семью	Ориентация на занятия юношеского возраста	Ориентация на пожилой возраст

Кречмеровский подход к темпераменту нашел сторонников в среде психиатров, педагогов и психологов нашей страны. Один из них, К. Н. Корнилов (1929), связывал тип телосложения с быстротой и интенсивностью реакций человека. По этим признакам он выделял четыре типа людей:

- моторно-активный (быстро и сильно реагирующий);
- моторно-пассивный (реагирующий быстро, но слабо);
- сенсорно-активный (реагирующий медленно и сильно);
- сенсорно-пассивный (реагирующий медленно и слабо).

Вот, например, как он описывал сенсорно-пассивный тип.

Обладает небольшой приземистой фигурой, мягким широким лицом, короткой шеей, склонностью к упитанности и полноте. В своих движениях медлителен и вял, пассивен до инертности, но, поднимаясь медленно, идет настойчиво и долго; добродушен до сентиментальности; принципиален до приторности; все взвешивает и обдумывает и поэтому всегда запаздывает в своих решениях; имеет ум последовательный, богатый знаниями, продуктивный в своем не всегда оригинальном творчестве; хорошие практики, кабинетные ученые, образцовые чиновники, тихие добряки, спокойные юмористы, изнеженные лентяи — вот представители этого типа людей (с. 195).

В то же время корреляционный анализ связей психомоторных, познавательных и личностных свойств с конституциональными особенностями, проведенный Т. П. Зинченко и Е. И. Кишко на выборке детей (1999), не позволил им однозначно признать или отвергнуть представления о психологических характеристиках соматотипов, к которым пришли Э. Кречмер, У. Шелдон и другие авторы. Наиболее тесно с морфологическим типом телосложения оказались связаны некоторые личностные свойства, исследованные по опроснику Кеттелла.

С одной стороны, во всех возрастных группах (их диапазон — от 6 до 17 лет) эндоморфы характеризуются низким самоконтролем и высокой эмоциональной неустойчивостью, а эктоморфы — обратными качествами, и это подтверждает данные Э. Кречмера, полученные на взрослых. С другой стороны, авторам не удалось выявить связей соматической конституции с познавательными и психомоторными качествами, за исключением когнитивного стиля — интерференции, характеризующегося низкой автоматизацией действий и высоким самоконтролем. Этот стиль больше выражен у эктоморфов. Следовательно, эктоморфы добросовестнее, старательнее и аккуратнее при выполнении заданий, а эндоморфы, наоборот, отличаются более низким самоконтролем, менее склонны к порядку, не способны к напряженной работе и подчиняют свою жизнь получению удовольствий. Это также соответствует характеристике данных конституциональных типов, данной Э. Кречмером.

Сопоставление типов конституции и телосложения по Сиго, Кречмеру и Шелдону представлено в табл. 2.4.

Таблица 2.4

Конституциональные типы по Сиго	Типы телосложения по Кречмеру	Конституциональные типы по Шелдону
Дигестивный	Пикник	Эндоморфный
Мускулярный	Атлетик	Мезоморфный
Церебральный	Астеник	Эктоморфный

Однако типологии Э. Кречмера и У. Шелдона были подвергнуты критике даже со стороны приверженцев конституциональных концепций темперамента. Критики указывали на их чрезмерную статичность и игнорирование изменений во взамосвязях между психикой и строением тела; подчеркивали непоследовательность в делении на типы и, наконец, обращали внимание на то, что указанные теории не давали удовлетворительного объяснения зависимости между телосложением и темпераментом.

Обратимся к конституциональным концепциям темперамента, подчеркивающим тесную связь между типом телосложения и типом темперамента. Если бы такая связь действительно существовала, как утверждают Э. Кречмер и У. Шелдон, то определение темперамента не вызывало бы ни малейших затруднений. Было бы достаточно дать общее описание телосложения индивида, то есть определить, является ли оно, скажем, атлетическим или пикническим, чтобы судить о его темпераменте. Такого рода определение темперамента действительно мог бы осуществить всякий, независимо от его подготовки в этой области.

Однако этой на первый взгляд простой и потому показавшейся многим столь заманчивой процедуре мешает непреодолимая трудность: связь телосложения и темперамента далеко не так очевидна. Известно много случаев, свидетельствующих о прямо противоположной зависимости между физическими и психическими особенностями людей. Такие факты довольно быстро отбили охоту у большинства психологов, психиатров и педагогов осуществлять диагностику, вытекающую из конституциональных концепций (Я. Стреляу, 1982, с. 142).

Одной из причин кризиса теории конституции независимо от предлагаемых принципов классификации было абстрактное толкование целостного организма, при котором целое рассматривалось как совокупность соотнесенных морфофизиологических характеристик, совершенно автономных по отношению к каждой из этих характеристик. Даже допущение о доминировании в конституциональном типе какой-либо характеристики (например, мускульной в маскулярном типе, дыхательной в респираторном типе и др., по классификации Сиго) все равно согласовывалось с основной идеей о структурной независимости индивида как целого от бесчисленного множества индивидуальной изменчивости «элементов», из которых образуется это целое. Сходной идеей руководствуются и в тех случаях, когда в диагностике конституции или нейродинамических типов стремятся к определению «чистых» типов или когда, напротив, факты «смешанности» типических черт приводят исследователей к отрицанию фактов существования подобных «чистых» типов (Б. Г. Ананьев, 1980, с. 176–177).

2.5. Генетическая теория типов темперамента К. Конрада

Критикуя Э. Кречмера и У. Шелдона, ученик первого К. Конрад (K. Conrad, 1963) представил так называемую генетическую теорию типов.

По мнению К. Конрада, различия в строении тела и связь с темпераментом человека объясняется существованием особых генов, доминирование которых определяет то или иное телосложение и соответствующие ему свойства темперамента.

Одной из ошибок Э. Кречмера и У. Шелдона, как считает К. Конрад, было то, что эти авторы выделяли три качественно отличных типа, хотя генетический подход предполагает для всех явлений двухполюсное (биполярное) деление, поскольку всякое генетическое изменение объясняется именно таким образом. Соответственно автор описал строение человеческого тела, пользуясь двумя биполярными переменными, по которым изменяется телосложение в онтогенезе: пропорциями и полнотой и ростом.

Изменения пропорций тела К. Конрад принимает за первичные переменные и, следуя Э. Кречмеру, располагает их в своей системе координат — вдоль оси, один из полюсов которой называет лептоморфией, а второй — пикноморфией (рис. 2.4). Если говорить об этих изменениях (главным образом о соотношении размеров головы и всего тела), то лептоморфик отличается от пикноморфика прежде всего тем, что он достигает такой точки по оси изменений пропорций тела, до которой никогда не доходит пикник.

Автор вводит в свою типологию два существенных понятия. Он говорит о *консервативном* и *пропульсивном развитии*. Первое характерно для пикноморфика, как и для ребенка: большая по сравнению с туловищем голова. Пикноморфик словно бы остается на ранних стадиях развития, однако это не означает, будто он «запаздывает» в своем развитии. Как подчеркивает К. Конрад, это не имеет ничего общего с патологической задержкой или отставанием в развитии.

Пропульсивное развитие свойственно лептоморфику (маленькая по отношению к туловищу голова). Это изменение пропорций касается многих частей тела (например, конечностей — от коротких до длинных, профиля лица — от слабо до более резко выраженного).

Первичные переменные, характеризующие пропорции тела, К. Конрад приводит в соответствие с первичными переменными, характеризующими психику индивида, заимствуя у Э. Кречмера понятия шизотимика (в параллель к лептоморфии) и циклотимика (в параллель к пикноморфии). По своим психическим характеристикам циклотимик отличается от шизотимика так же, как ребенок от взрослого, причем этот вывод касается способа истолкования явлений, образа мышления, склонности к эйдетизму, психомоторики, эмоциональности и волевых процессов.

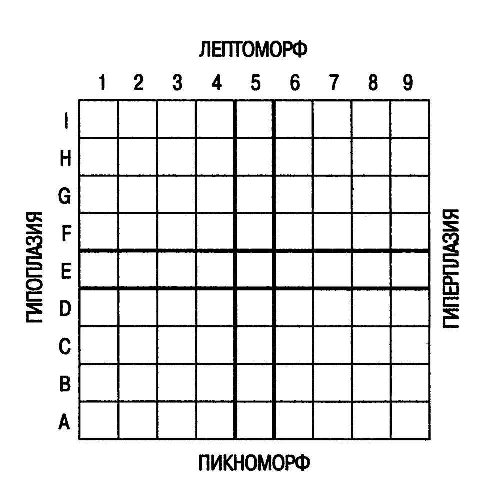


Рис. 2.4

Координатная сетка К. Конрада для определения типа телосложения

Кроме смещений в пропорциях тела наблюдаются также изменения вторичных переменных — роста и полноты, крайними полюсами которых выступают гипо- и гиперплазия. В отличие от первичных переменных, не выходящих за пределы нормы, вторичные в своих экстремальных (крайних) формах образуют патологию. Предельная форма гиперплазии (атлетический тип Кречмера) может приводить к болезни, называемой акромегалией, а гипоплазии (кречмеровский астеник) — к микромегалии.

Вторичные переменные также изменяются. Гипопластическая форма связывается с консервативным развитием (в онтогенезе типичным для ребенка), а гиперпластическая выступает источником прогрессивного развития (в онтогенезе характерна для взрослого человека).

Аналогично К. Конрад подходит и к психическим явлениям, применительно к которым он также выделяет вторичные переменные. С одной стороны, говорит о *вискозной* структуре (лат. *viscosus* — «липкий, вязкий»), возникающей в связи с гиперпластической формой, с другой — о *спиритистической* структуре, соответствующей гипопластической форме. Индивиды с вискозной структурой характеризуются медлительностью, пониженной способностью к дифференцированию, что является выражением пропульсивного развития, в то время как индивиды со спиритистической структурой характеризуются подвижностью, легкостью и т. п., что представляет результат консервативного развития, напоминающего стадию развития ребенка.

Для определения типа телосложения К. Конрад вводит два основных индекса: *метрический*, чтобы измерить первичные переменные (рост, поперечный и сагиттальный размер грудной клетки), и *пластический*, чтобы измерить вторичные переменные (сумма ширины акромиона и окружности плеча и предплечья).

Каждый индекс имеет 9 классов: метрический — *A*, *B*, *C*, *D*, *E*, *F*, *G*, *H*, *I*; пластический — 1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9. Первые располагаются в координатной системе К. Конрада по вертикальной оси (от пиктоморфа к лептоморфу), а вторые — по горизонтальной (от гипоплазии к гиперплазии). На рис. 2.5 представлено распределение членов двух футбольных команд согласно координатной системе К. Кон-

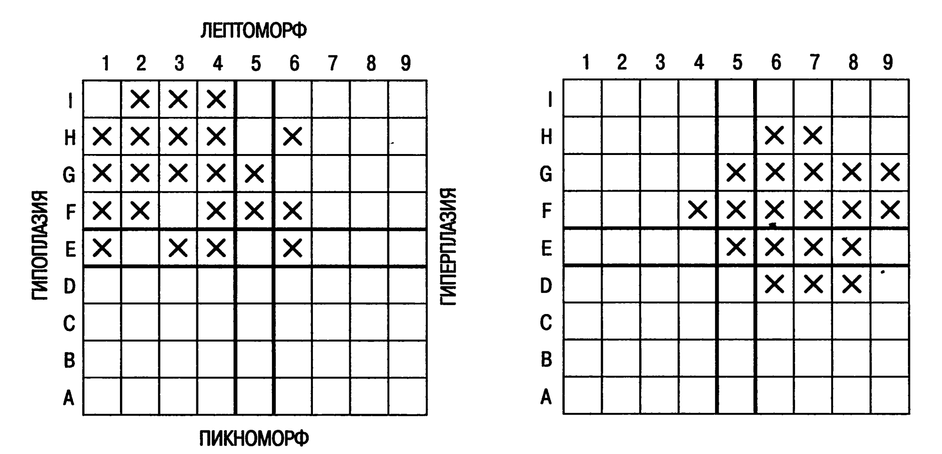


Рис. 2.5. Распределение типов телосложения членов двух футбольных команд в координатной системе К. Конрада. Источник: К. Теттель и Х. Вутшерк, 1972

рада. Располагая небольшим количеством измерений первичных и вторичных переменных, можно определить тот или иной тип телосложения конкретного человека. Зная это, оказывается возможным, по К. Конраду, с большой вероятностью судить и о темпераменте индивида.

Связи между телосложением и структурой темперамента автор объясняет следующим образом. Каждому психическому явлению соответствует определенное физическое, а каждому изменению в строении тела — перестройка в психической структуре. Оба феномена всегда выступают вместе, но, как подчеркивает К. Конрад, не зависят друг от друга. Они звенья различных цепей генов, и вычленение их происходит параллельно. До какого звена мы доходим, зависит от того, какого уровня достигаем в индивидуальном развитии. Именно этим определяются индивидуальные различия между людьми, и в этом заключается источник деления на типы.

Психика новорожденного, пишет К. Конрад, не *tabula rasa*, как считают некоторые психологи. Скорее это программа «консервативного» или «прогрессивного» развития. К. Конрад связывает с генами не только формальную сторону психической жизни, но и ее содержание. Это отражено в его характеристике гипопластического типа (астеника, согласно типологии Э. Кречмера), который, по мнению К. Конрада, проявляет склонность к космополитизму, интернационализму и интеллектуализму.

Основной упрек в адрес абсолютно всех конституциональных типологий сводится к тому, что они недооценивают, а иногда и просто игнорируют роль среды и социальных условий в формировании психических свойств индивида. Это нашло наиболее явное выражение в дуалистической концепции К. Конрада, которая представляет собой современный вариант известной в классической психологии теории психофизического параллелизма. Согласно этой теории психические и физические процессы протекают параллельно, независимо друг от друга, хотя и имеют общую причину. При таком понимании связи между организмом и психической деятельностью индивида среде отводится роль фактора, лишь вызывающего заранее запрограммированные состояния и психические особенности. Нетрудно понять, что подобный взгляд обусловливает так называемый «педагогический фатализм», когда роль учителя или воспитателя сводится лишь к созданию определенных условий для ребенка, при которых его запрограммированная психика получила бы полную возможность развития.

Такие черты личности, как склонность к космополитизму или интернационализму, по К. Конраду, или упоминаемые У. Шелдоном социализация пищевой потребности, любовь к компаниям и дружеским излияниям, терпимость или отсутствие сострадания (свойства темперамента), нельзя считать наследственными свойствами того же порядка, что и телосложение. Они, возникая на основе определенных анатомо-физиологических особенностей индивида, формируются под воздействием воспитания и общественной среды.

Ряд эмпирических исследований, проведенных для проверки истинности конституциональных типов, показал: соответствие между телосложением и некоторыми свойствами темперамента нельзя считать доказанным. Обнаружено также, что многие факты, собранные этой группой исследователей, представлены и подобраны весьма тенденциозно, дабы подтвердить оправданность теоретических допущений конституциональной психологии.

В учении о конституциональных типах много неясного. Их классификация у разных авторов построена на различных основаниях. Остаются также непроясненными многие связи между конституциональными признаками разных уровней: морфологическими, биохимическими, физиологическими, психологическими. Да и число выделяемых исследователями типов сильно разнится, достигая порой десятков, что делает нереальным применение этого подхода на практике.

2.6. Представления И. П. Павлова и его учеников о типах темперамента

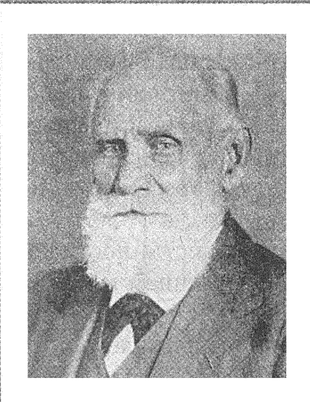
Попытку перевести учение о типах темперамента на новую научную основу предпринял И. П. Павлов, который в публикации за 1927 г. стал понимать под темпераментом тип высшей нервной деятельности. В основу такого толкования он положил наличие у животных и человека определенной выраженности свойств нервной системы. При этом сначала он делал упор на соотношение возбуждения и торможения, а затем — на силу нервной системы. Давая физиологическое обоснование различных типов поведения (темпераментов), И. П. Павлов пришел к сочетаниям типологических особенностей проявления свойств нервной системы (рис. 2.6) и стал отождествлять типы темпераментов с типами высшей нервной деятельности.

В окончательном варианте его классификация была следующий:

- Холерический тип (безудержный): сильная неуравновешенная нервная система.
- Сангвинический тип (уравновешенный): сильная уравновешенная подвижная нервная система.
- Флегматический тип (инертный): сильная уравновешенная инертная нервная система.
- Меланхолический тип (слабый, тормозный): слабая нервная система.

В этом подходе оказался ряд положительных аспектов:

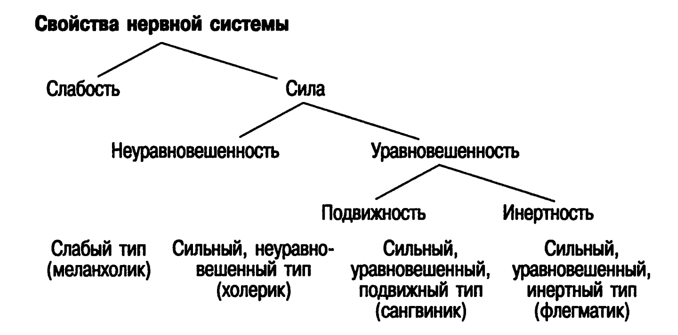
1) под психологические категории поведения (темперамент) стала подводиться более современная физиологическая база (используя старые названия типов темперамента, идущие от древнеримских врачей, И. П. Павлов при-



Иван Петрович Павлов родился 28 сентября 1849 г. в Рязани в семье священника. В 1864 г. окончил духовное училище, а затем (в 1869 г.) духовную семинарию. С 1870 г. – студент естественного факультета Санкт-Петербургского университета, где изучал физиологию. Окончив университет, поступил на третий курс Медико-хирургической академии. С 1879 по 1890 г. работал в клинике известного врача С. П. Боткина. В 1883 г. защитил докторскую диссертацию. С 1890 г. заведовал кафедрой физиологии в Институте экспериментальной медицины, где проводил исследования условных рефлексов. В 1907 г. получает звание академика. С начала 20-х гг. начинает разрабатывать учение о типах высшей нервной деятельности (темперамента) и свойствах нервной системы. В 1930 г. организует Институт эволюционной физиологии в Колтушах (под Ленинградом). Лауреат Нобелевской премии. Умер 27 февраля 1936 г.

Рис. 2.6

Типы высшей нервной деятельности (по И. П. Павлову)



нял в качестве основания при объяснении причин их появления не жидкости, составляющие внутреннюю среду организма, а закономерности протекания нервной деятельности, в том числе высших мозговых отделов);

2) поведение связывалось с совокупностью типологических особенностей проявления свойств нервной системы.

Несмотря на внешнюю стройность и простоту, классификация типов темперамента, созданная И. П. Павловым, скрывала в себе, как отметил Б. М. Теплов (1959), глубокие внутренние противоречия.

Во-первых, указанные И. П. Павловым сочетания типологических особенностей в проявлении свойств нервной системы, как выявлено теперь, встречаются не так уж часто. Очевидно, это понимал и сам И. П. Павлов, когда на одной из своих «сред» говорил о промежуточных типах и считал, что их несколько десятков.

Во-вторых, у него нет единого подхода к выделению типов. В одном случае речь идет о трех типологических особенностях, в другом — о двух, а в третьем — и вовсе об одной: слабости нервной системы. Но последняя может давать самые различные сочетания с другими типологическими особенностями — подвижностью и инертностью возбуждения и торможения, уравновешенностью — или с преобладанием одного из процессов. И вряд ли стоит ждать, что одна типологическая особенность (слабость нервной системы) перекроет влияние остальных.

В-третьих, полученные в последние десятилетия данные показывают: холерический тип поведения связан не с силой нервной системы, а с ее слабостью. Неправильное понимание холерического темперамента как обусловленного сильной нервной системой привело в дальнейшем и к неверной трактовке влияния на человека различных фармакологических препаратов. Например, Е. Ф. Грушевский (1961), обобщив результаты своих наблюдений (он связывал безудержный тип с сильной нервной системой), а также большое количество литературных данных, пришел к выводу: различная физиологическая реакция испытуемых во многом определяется тем, что у обладающих сильной нервной системой возбудимость и предел возбуждения выше, чем у тех, у кого она слабая. Что касается предела возбуждения, то тут спорить не приходится (если, конечно, автор имеет в виду не уровень возбуждения, а то, при какой силе раздражения наступает запредельное торможение у «сильных» и «слабых»). А вот относительно возбудимости все обстоит наоборот: возбудимость выше у имеющих слабую нервную систему.

И наконец, в-четвертых, психологические характеристики человека (проявляющиеся в его поведении, общении, деятельности) должны были, по сути, выводиться непосредственно из физиологических феноменов — особенностей проте-

кания нервных процессов, без всяких промежуточных психофизиологических феноменов, к которым относятся мотивы, склонности, способности и др.

Развитие учения о свойствах нервной системы как базовых характеристиках, лежащих в основе человеческой типологии, не означает, что все частные психологические типологии в своей экспериментальной и концептуальной основе должны исходить из анализа этих свойств, которые являются необходимыми предпосылками формирования многих индивидуальных черт, но не могут подменить собой всего разнообразного содержания психической реальности (А. В. Либин, 2000, с. 358–359).

Более того, исходя из представлений И. П. Павлова, типы поведения должны быть строго обусловлены имеющимися у человека типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. Невозможность этого, очевидно, понимал и сам автор. Так, в его лаборатории было установлено, что в зависимости от условий воспитания поведение собак с одинаковыми типологическими особенностями свойств нервной системы различается. Например, трусливым бывает животное не только со слабой, но и с сильной нервной системой, если оно воспитано в неблагоприятных условиях (С. Н. Вржиковский и Ф. П. Майоров, 1933). Поэтому И. П. Павлов стал говорить о маскировке свойств темперамента чертами поведения, приобретенными в течение жизни. На одной из «сред» (25 апреля 1934 г.) он говорил:

> Наше дело опирается на условно-рефлекторную характеристику, а не на внешнее поведение; кто знает, чем оно обусловливается.

Не случайно И. П. Павлов пришел к представлениям о генотипе и фенотипе; он подчеркивал необходимость отличать тип нервной системы как прирожденную особенность нервной системы (генотип) от характера (фенотипа), выражающегося в образе поведения человека и представляющего сплав врожденного и приобретенного в процессе жизни.

Однако эти справедливые положения все-таки не сняли остроту противоречий, так как темперамент, перекочевав в систему физиологических понятий, оказался оторванным от психологических механизмов поведения человека.

Неудовлетворенность павловским подходом к типам темперамента нашла отражение в попытках некоторых его учеников построить новые классификации и дать им свое обоснование. А. Г. Иванов-Смоленский (1971) пошел по пути построения фенотипических разновидностей темперамента, т. е. учитывал в них не только врожденное, но и приобретаемое детьми в течение жизни. Первоначально по характеристикам соматодвигательных условных реакций им было выделено четыре типа:

- *лабильный*, отличающийся хорошей подвижностью как раздражительного, так и тормозного процессов (быстрое замыкание и упрочивание положительных и тормозных двигательных условных реакций);
- *возбудимый*, обнаруживающий явное преобладание возбудительного процесса над тормозным (быстрое образование и упрочивание положительных реакций и трудная, медленная выработка тормозных условных двигательных реакций);
- *тормозный*, с явно выраженным преобладанием тормозного процесса (медленное замыкание и упрочивание положительных условных реакций и относительно легкое образование тормозных условных реакций);

- *инерционный*, у которого как положительная, так и отрицательная реакция возникала и упрочивалась трудно и медленно.

Это разделение в основном совпадало с классификацией типов темперамента, предложенной И. П. Павловым. Возбудимый тип соответствовал безудержному, тормозный — слабому, лабильный — уравновешенному. Некоторые расхождения обнаруживались относительно инерционного типа: И. П. Павлов ведущим и положительным свойством такового считал уравновешенность нервных процессов, а А. Г. Иванов-Смоленский — их инертность.

Далее в каждом из указанных им типов А. Г. Иванов-Смоленский выделил подтипы (которые увязывались с условиями жизни и воспитанием), отойдя от понимания своего учителя, который считал типы темперамента врожденными. Один из подтипов был назван *мнимо возбудимым*; он возник в результате того, что ребенок, находясь ранее в неблагоприятных условиях, не получил надлежащих тормозных коррекций поведения. Другой подтип получил название *мнимо тормозного*: у детей, относяшихся к такому подтипу, торможение несколько преобладает над возбуждением — и не от слабости последнего, а вследствие некоторой перегрузки тормозными навыками поведения, выработанными в процессе домашнего воспитания.

У истинно возбудимого подтипа были выделены три варианта:

- возбуждение преобладает, но оба процесса интенсивны;
- возбуждение преобладает на фоне слабой выраженности торможения;
- возбуждение инертно и поэтому медленно уступает место нормальному условному торможению.

Три варианта были выделены и в истинно тормозном типе:

- слабый раздражительный процесс вызывает быстрое развитие запредельного (охранительного) торможения, и на этом фоне различные виды условного торможения возникают относительно легко;
- слабый раздражительный процесс позволяет легко развиться запредельному торможению, но даже и на этом фоне явно проявляется недостаточность условного торможения;
- слабость раздражительного процесса не получает отражения в быстроте замыкания условной связи, но обнаруживается в ее неустойчивости, в повышенной тормозимости; при попытке получить ту или иную разновидность условного торможения надолго исчезают положительные связи, которые при этом медленно и с трудом восстанавливаются, что дает основание говорить об инертности тормозного процесса.

Последнюю вариацию А. Г. Иванов-Смоленский назвал «мимозным» типом, т. е. обладающим повышенной тормозной активностью.

В инерционном типе он отметил две разновидности:

- с прочными условными связями;
- с неустойчивыми связями: то появляющимися, то исчезающими.

Отличительной особенностью классификации А. Г. Иванова-Смоленского является полное игнорирование им свойства силы нервной системы.

Н. И. Красногорский (1958) построил свою классификацию типов не на соотношении возбуждения и торможения, а исходя из сочетания корковых и подкор-

ковых влияний и связанных с ними первой и второй сигнальной систем. При этом он имел в виду, что раздражение и торможение — это единый процесс, характеризующий степень возбудимости (интенсивность возбуждения). Он тоже различал четыре типа:

1. Сильный, оптимально возбудимый, уравновешенный, быстрый (сангвинический, или центральный, тип).
2. Сильный, оптимально возбудимый, уравновешенный, медленный (флегматический, или корковый, тип).
3. Сильный, повышенно возбудимый, безудержный, неуравновешенный (холерический, или подкорковый, тип).
4. Слабый, пониженно возбудимый, неуравновешенный (меланхолический, или анергетический, тип).

Для подкоркового типа, пишет Н. И. Красногорский, характерны следующие особенности:

- сильные условные рефлексы, быстро сменяющиеся слабыми;
- сильно выраженные межсигнальные реакции;
- склонность к развитию крайних фазовых тормозных состояний застойного характера (речь идет об уравнительной, парадоксальной, ультрапарадоксальной и тормозной фазах парабиоза по Н. Е. Введенскому).

Корковому типу свойственны:

- нормальная быстрота образования прочных условных рефлексов большой величины, соответствующих силе раздражителя;
- быстрое угасание и восстановление условных рефлексов;
- быстрое образование прочных тормозных реакций;
- высокий контроль над прирожденными реакциями и эмоциями.

Центральному типу (с уравновешенной корой и подкоркой) присущи следующие особенности:

- быстрое образование стойких условных рефлексов с короткими латентными периодами и большой величиной;
- соответствие величины рефлекса силе раздражения;
- слабое проявление межсигнальных реакций;
- непродолжительность фазных состояний как следствие высокой подвижности;
- быстрая смена тормозных состояний оптимальным уровнем возбуждения в одних и тех же клетках коры;
- быстрое угасание и восстановление условного рефлекса;
- быстрое образование тормозных реакций (дифференцировки, условного торможения);
- высокая тормозная сила и устойчивость во времени.

Анергетический тип тоже отражает равновесие между корой и подкоркой, только на более низком функциональном уровне. Для него характерны:

- низкие условные и безусловные рефлексы;

- частое нарушение равновесия между возбудительными и тормозными состояниями;
- замедленное образование условных рефлексов;
- выраженное внешнее торможение, склонность к застывшим гипнотическим (парабиотическим) фазам;
- пониженная деятельность первой и второй сигнальной систем;
- быстрая утомляемость, отсутствие реакции на интенсивные и продолжительные раздражения.

Несмотря на проработанность этой классификации, она, как и классификация А. Г. Иванова-Смоленского, не получила широкого распространения из-за многих уязвимых мест. Так, отрицая наличие двух процессов — возбуждения и торможения, Н. И. Красногорский говорит о нарушении равновесия между ними; в одних случаях он оперирует характеристиками только условных рефлексов, в других — характеристиками и состояний, и нервных процессов. Кроме того, им не задействуется понятие о свойствах нервной системы, из-за чего вся классификация носит чисто феноменологический, описательный характер. А это не позволяет обобщить выявляемые закономерности в том случае, когда используются другие методики, и вскрыть причины того или иного поведения. В то же время сама попытка связать общие типы высшей нервной деятельности со специально-человеческой типологией (соотношением первой и второй сигнальной систем) представляется весьма интересной, она заслуживает дальнейших усилий со стороны исследователей.

Известно, что все попытки классифицировать индивидуально-психологические особенности личности, за исключением темперамента, были неудачны. Только типология темперамента имеет традицию, насчитывающую от Галена почти двадцать столетий, но и в этой области чувствуется недостаточность классификации, что сказывается, во-первых, в разном психологическом понимании типов темперамента, а во-вторых, в потребности относить многих людей к смешанным или промежуточным типам. Нет классификации способностей. Нет и, вероятно, не может быть универсальной классификации характеров, а есть только разные, причем не исключающие одна другую, типологии характеров (*Левитов Н. Д.* О психических состояниях человека. М., Просвещение, 1964. С. 24).

Оригинальный подход к классификации типов высшей нервной деятельности предложил П. В. Симонов (1970).

Еще при жизни И. П. Павлова было подмечено особое отношение слабого (меланхолического) типа к реакции страха, сильного безудержного (холерика) — к ярости, сангвиника — к радости, а флегматик оказался вообще не склонным к бурному эмоциональному реагированию. Поскольку именно эти три эмоции — страх, ярость и удовольствие имеют наиболее четкое структурное представительство в мозге высших млекопитающих, вполне вероятно, что тип нервной системы данного существа, его неповторимый индивидуальный склад характера в значительной мере определяется соотносительной силой церебральных систем страха, ярости и радости. Эти три параметра представляются наиболее существенными для построения новой классификации типов высшей нервной деятельности животных, а возможно, и человека (с. 101).

Отсюда появились и формулы темперамента:

Гнев > Радость > Страх — наиболее близко холерическому темпераменту.

Радость > Гнев > Страх — ближе к сангвинику.

Страх > Радость > Гнев — ближе к меланхолику.

Б. И. Цуканов (1988) в русле гиппократовско-павловского подхода к проблеме типов темперамента предложил для обсуждения вопрос, на который исследователи мало обращали внимания. Отмечая сходство типов темперамента, выделенных Гиппократом и И. П. Павловым, и их линейное расположение, предполагающее последовательный переход от одного типа к другому, Б. И. Цуканов указывает, что эти авторы расходятся в порядке распределения таковых. Гиппократ располагает их следующим образом: холерик, сангвиник, меланхолик, флегматик. И. П. Павлов иначе: холерик, сангвиник, флегматик, меланхолик.

Тогда Б. И. Цуканов задался вопросом: может быть, эти перестановки не имеют значения и ими позволительно пренебречь? Он пишет:

> Ведь если окажется, что перестановки ничего существенно в понимании природы темперамента не меняют, то тогда типы темперамента можно располагать в любом линейном варианте... В противном случае нужно ставить вопрос не просто о перестановке типов, а о принципиальном выборе наиболее верной и возможно единственной схемы линейного расположения типов темперамента в человеческой популяции (с. 130).

Действительно, от решения этого вопроса зависит еще один важный аспект: допустимо ли говорить о *промежуточных* (пограничных) типах темперамента, или речь может идти лишь о *смешанных* типах.

Проанализировав полученные им экспериментальные данные, Б. И. Цуканов пришел к выводу, что типы темперамента располагаются строго линейно и именно в таком порядке, который был у Гиппократа. Однако доказательства подобного утверждения мне представляются не очень убедительными.

В основу деления испытуемых на четыре группы, соответствующих, по мнению автора, гиппократовским типам, он положил точность оценивания временных интервалов от 2 до 5 с. В его исследовании были выявлены испытуемые, которые имели субъективную единицу времени меньше реальной (с критическими точками, выделенными при помощи математической обработки, равными 0,7; 0,8; 0,9 с), равной реальной (1,0 с) и больше реальной (1,1 с). Первая группа — это «спешащие» субъекты, вторая, по терминологии автора, — «точные», и третья — «медлительные» субъекты. Критические точки являются границами, как полагает Б. И. Цуканов, между типами темпераментов:

- от 0,7 до 0,8 с — холерики,
- от 0,8 до 0,9 с — сангвиники,
- от 0,9 до 1,0 с — меланхолики,
- от 1,0 до 1,1 с — флегматики.

У холериков, согласно выводу исследователя, наблюдается значительное преобладание возбуждения над торможением, высокая степень экстраверсии и низкая — нейротизма. Сангвиники характеризуются уравновешенностью возбуждения и торможения, высокой степенью экстраверсии и нейротизма. Меланхолики — это интроверты с высоким нейротизмом и преобладанием торможения над возбуждением. Наконец, флегматики — субъекты с уравновешенностью нервных процессов, интроверсией и низким нейротизмом.

Попытка автора наложить гиппократовские типы на субъективные эталоны времени в принципе возражения не вызывала бы, если бы он придерживался твердо установленного факта, что «опережающие» эталоны свидетельствуют о преобладании возбуждения, а «запаздывающие» — торможения, эталоны же,

соответствующие реальности или близкие к ним, — уравновешенности нервных процессов. Однако этого-то как раз и нет. Опережающие — от 0,8 до 0,9 с и запаздывающие эталоны (1,1 с) он связывает с уравновешенностью, а эталоны, адекватные реальному времени (1,0 с), — с преобладанием торможения. Такая путаница произошла, очевидно, потому, что соотношение между возбуждением и торможением Б. И. Цуканов определял с помощью опросника Я. Стреляу, а, как будет показано ниже, опросники не могут служить надежными средствами изучения свойств нервной системы, так как с их помощью выявляются поведенческие особенности, а не специфика протекания нервных процессов.

И это не единственное противоречие с имеющимися в научной литературе данными. Определенно установлено, что высокий нейротизм связан со слабостью нервной системы. Таковая должна сопутствовать и холерическому (легковозбудимому) типу. Поэтому странно читать, что у холериков автор обнаружил низкий нейротизм. В соответствии с имеющимися данными приходится признать: либо нейротизм у них не низкий (а это вряд ли), либо данные лица не холерики.

Из статьи Б. И. Цуканова также неясно, сколько же типов темперамента существует. Автор утверждает, что помимо четырех «чистых» (Гиппократ) есть еще один такой же («равновесный»), соответствующий эталону времени, равному 0,9 с. Но почему это не промежуточный тип, если он характеризуется частично чертами сангвиника, а отчасти — меланхолика? В чем состоит его «чистота»? Ведь и сам автор пишет, что, «строго говоря, чистый тип в природе не существует, так как это всего лишь определенная абстракция. В природе существуют реальные индивиды, которые в той или иной мере приближаются к подобной абстракции» (Цуканов, с. 134). И здесь с автором нельзя не согласиться.

Заключая, приходится с сожалением признать, что политика Б. И. Цуканова прояснить вопрос о количестве типов темперамента и их связь и взаимопереходы с помощью математического аппарата (метода наименьших квадратов) оказалась не очень удачной.

Становится очевидным то обстоятельство, что ни крайняя биологизаторская, ни крайняя психологизаторская точки зрения (на темперамент. — *Е. И.*) не отражают подлинной сущности вещей. Темперамент как диспозиция эмоциональной жизни есть несомненное свойство психики, но он находится в неотъемлемом единстве с организмом. Он имеет свой физиологический механизм. Темперамент — явление не только физиологическое, но и психологическое. Нельзя сводить темперамент до физиологических процессов, до особенностей динамики моторики, моторных реакций; темперамент выражает эмоциональную возбудимость человека, его впечатлительность, особенности интенсивности, глубины эмоций, импульсивности личности вообще. Темперамент включен в сложное по структуре, конкретное поведение; он проявляется в единстве с таким поведением, выражает в основном импульсивно-аффективный аспект такого поведения и его динамику. И действительно, в современной науке, несмотря на резкое различие во мнениях относительно понимания физиологического и психологического механизмов темперамента, почти каждый исследователь признает, что темперамент представляет своеобразие импульсивно-аффективной стороны поведения человека, своеобразие аффективной сферы последнего. Известный исследователь истории этого вопроса Робекк, который приводит в систему все высказанные относительно темперамента соображения, заключает, что все согласны с тем, что темперамент есть тотальное единство аффективных свойств человека. Меланхолик реагирует на окружающий его мир печальным настроением, его печаль связана со страхом, связь между страхом и мягкой депрессией является основной чертой меланхолика. В сангвинической личности господствуют надежда, энтузиазм. Она не вполне защищена от приступа депрессии, но эта последняя кратковременна, в личности преобладают энтузиазм, экспансивность, повышенное настро-

ение. Холерический темперамент – это четкая аффективная конституция. В нем легко возникает реакция гнева, эта реакция определена инстинктивными механизмами и иногда обострена свойствами, приобретенными под влиянием среды. В флегматике нет преобладания какого-либо одного аффективного состояния, нужны стимулы большой интенсивности, чтобы вызвать в нем страх, гнев, горе, восторг. Это и есть основная характеристика темпераментов, не вызывающая спора (A. A. Roback, 1931, p.155, цит. по: В. Г. Норакидзе, 1970, с. 7–8).

2.7. Психологические (факторные) теории темперамента

Наиболее распространенные в психологии теории типов темперамента подвергались острой критике не только потому, что авторы большинства из них, основываясь на конституциональной концепции, стремились отыскать непосредственные и упрощенные связи между телосложением и типом темперамента. Не менее резко критиковалось лежащее в основе предложенных типологий, но в действительности не получившее подтверждения предположение о том, что природные явления, в том числе и психические особенности, реально существуют в своих крайних формах. Как явствует из выдвинутых типологий, психические характеристики можно «разложить по полочкам» или разделить по четко различающимся группам. Однако известно, что почти все наблюдаемые в природе явления распределяются по так называемой нормальной кривой (кривой Гаусса), согласно которой каждое свойство у большинства людей проявляется в его среднем значении, в то время как крайние проявления встречаются редко; в рассмотренных же типологиях именно они находятся в центре внимания исследователей. Различия в интенсивности каждого свойства являются непрерывными. Поэтому все попытки решительно разделить индивидов на группы по свойствам искусственны и произвольны, на что указывает Ян Стреляу (1982).

Позитивной реакцией на эту критику стали проводившиеся уже в начале XX в. исследования, сводящиеся к «чистому» психологическому описанию (или характеристике) свойств темперамента, абстрагирующемуся от строения и функции организма. Одной из первых в этом ряду стала теория темперамента, принадлежащая голландским психологам Г. Хеймансу и Е. Вирсме (G. Heymans, E. D. Wiersma, 1906–1909).

Авторы, стремясь избежать всяких ссылок на конституцию и упреков в отсутствии объективности, чем грешили почти все типологии темперамента, разработали специальный вопросник, содержащий 90 вопросов, и с его помощью обследовали почти 2500 лиц (взрослых и детей). На основании полученных данных они выделили три основные, биполярные характеристики темперамента, которые назвали следующим образом.

1. *Эмоциональность — отсутствие эмоциональности.* Это свойство определяется измерением частоты и силы эмоциональных реакций по отношению к ситуациям, вызвавшим эти реакции.
2. *Активность — пассивность.* Основанием для оценки данного свойства выступает активность в труде, в школе или дома, способ проведения досуга (активный — пассивный), отношение к обязанностям (выполняет задания немедленно — откладывает их).

3. *Первичная функция — вторичная функция.* Люди с развитой первичной функцией сильно и немедленно реагируют на стимулы окружающей среды, причем эффект этих реакций быстро угасает. Напротив, у индивидов, которым свойственна вторичная функция, первоначальная реакция на раздражитель слабая, затем она постепенно усиливается и сохраняется более длительное время; поэтому лиц такого типа часто называют персеверативными (от англ. *perseverance* — «стойкость, настойчивость, упорство»). Исследователи иногда обращают внимание на аналогию между первичной функцией и экстраверсией, вторичной функцией и интроверсией. Так, люди с преобладанием первичной функции (экстраверты, по терминологии Г. Айзенка) оцениваются как импульсивные, легко примиряющиеся, находящиеся в постоянном движении, шутливые, поверхностные, с легкостью устанавливающие контакт с окружением. Индивиды с преобладанием вторичной функции (интроверты) — люди серьезные, спокойные, выдержанные, замкнутые, педантичные, добросовестные, склонные к депрессии.

В результате соответствующего комбинирования трех характеристик получают восемь различных типов темперамента, которые схематично представлены в табл. 2.5 (подробное описание этих типов можно найти в работе Ж. Ньюттена (J. Nuttin, 1968)).

Таблица 2.5

Типология темпераментов (по Г. Хеймансу и Е. Вирсме)

Эмоциональность	Активность	Функция первичная (П) или вторичная (В)	Темперамент
+	+	П	Сангвинический
+	+	В	Флегматический
—	+	П	Холерический
—	+	В	Увлекающийся
+	—	П	Аморфный
+	—	В	Апатичный
—	—	П	Нервный
—	—	В	Сентиментальный

Стремясь к более подробной и вместе с тем объективной характеристике трех основных параметров, Г. Хейманс и Е. Вирсма вычислили корреляции 90 показателей, оцененных по данным, полученным методом анкетирования. Проведя довольно сложный для своего времени статистический анализ, основанный на интеркорреляциях измеренных показателей, авторы вплотную подошли к факторному анализу — статистическому методу, применение которого оказало существенное влияние на дальнейшие исследования темперамента.

Одна из первых попыток определить структуру темперамента с помощью факторного анализа — исследования английского психолога С. Берта (S. Burt, 1937). Он использовал перечень из 11 первичных эмоций (инстинктов), составленный

У. Мак-Дауголлом: гнев, страх, нежность, любопытство, чувство безопасности, дружелюбие, удовольствие, ощущение неприятности, половое влечение, отвращение и покорность.

С. Берт исследовал проявление этих эмоций у различных групп, главным образом у нормальных и невротичных детей в возрасте 9–12 лет, и на основании факторного анализа полученных результатов выделил три фактора темперамента:

- фактор I: общая эмоциональность (эмоциональная неустойчивость);
- фактор II: стенические (экспрессивные) эмоции — астенические (заторможенные) эмоции;
- фактор III: положительные эмоции — отрицательные эмоции.

Взгляды С. Берта на структуру темперамента, изучению которого он посвятил около 30 лет, не получили распространения. Это объясняется, видимо, тем, что им не были разработаны диагностические методы, с помощью которых можно было бы измерять выделенные факторы. Кроме того, по поводу его исследований выдвигались некоторые методологические возражения.

Джо Гилфорд (J. Guilford, 1934) предложил так называемую 13-факторную теорию, совершенно иначе определяющую структуру темперамента. Он составил четыре анкеты для исследований свойств темперамента; последняя из них, являющаяся некоторым синтезом трех предыдущих, содержит около 400 вопросов. Охватив анкетированием тысячи испытуемых, автор пришел к выводу, что все многообразие свойств, составляющих в совокупности понятие темперамента, можно свести к 13 факторам, которые образуют относительно устойчивую характеристику индивида. Эти факторы не связаны с интеллектуальными способностями и, как правило, не подвергаются значительным изменениям под влиянием социального опыта. Именно это позволило Дж. Гилфорду отнести выделенные им факторы к темпераменту, а не к личности, которая, будучи более широким понятием, охватывает помимо первого, еще и другие параметры.

Джо Пауль Гилфорд родился в 1897 г. Американский психолог, профессор ряда университетов США. В годы Второй мировой войны работал в исследовательских учреждениях ВВС США. Исследования посвящены темпераменту (совместно с В. Циммерманом разработал тест «Гилфорда–Циммермана темперамента обозрение»), психическим процессам, творческой деятельности. Наибольшую известность получила его модель структуры интеллекта.

Ниже приведены краткие характеристики 13 факторов, образующих, согласно Гилфорду, структуру темперамента; даны описания только одного из полюсов, название же и характеристики второго полюса противоположные.

1. *Общая активность*. Индивид энергичен, быстро двигается и быстро работает, предприимчив, иногда импульсивен.
2. *Доминантность*. Индивид добивается своих прав и отстаивает их перед другими людьми, настойчив, ищет возможности стать лидером, не боится общественных контактов, склонен открыто выражать свои мысли.
3. *Мужество*. У индивида преобладают типично мужские — как профессиональные, так и повседневные интересы; не очень эмоционален, умеет скрывать свои чувства, с трудом поддается страху или испытывает отвращение; не вызывает симпатий у окружающих.

4. *Уверенность в себе.* Индивид уверен, что он признан другими людьми, полагается на себя; уравновешен в общении, удовлетворен своим положением, не замыкается в себе.
5. *Спокойствие (самообладание).* Индивид спокоен, бодр, не поддается раздражительности и усталости, умеет быстро сосредоточиться на проблеме.
6. *Общительность.* Индивид склонен к дружескому общению, формальным и неформальным контактам, часто выступает как лидер, не робок и не застенчив, не ищет уединения.
7. *Рефлексивность.* Индивид задумчив, рефлексивен, склонен к философствованию и мечтательности, самоанализу и анализу других, любознателен.
8. *Депрессия.* Эмоционально и физически подавлен, пребывает в постоянном страхе и тревоге, настроения изменчивы, проявляет упрямство.
9. *Эмоциональность.* Индивид с легковозбудимыми эмоциями, которые, раз возникнув, сохраняются надолго, хотя поверхностны и инфантильны.
10. *Сдержанность.* Индивид сдержан, хорошо владеет собой, скорее серьезен, чем беззаботен, обладает чувством ответственности.
11. *Беспристрастность.* Индивид объективно и реалистично подходит к проблемам, чуток к изменениям в отношении окружающих, способен забывать о себе, не склонен к подозрительности, очень впечатлителен.
12. *Доброжелательность.* Индивид приветлив, мягок в обращении, не обнаруживает враждебности, не склонен унижать других, не проявляет агрессивности.
13. *Терпимость (кооперативность).* Индивид не проявляет склонности к критике, доверчив, обращен к другим больше, чем к себе.

Дальнейшие исследования факторной структуры темперамента показали, что выделенные Дж. Гилфордом факторы не являются независимыми друг от друга: они образуют некоторые связки (системы). Ученица Гилфорда К. Лоуэлл (C. Lovell, 1945), пользуясь тремя анкетами своего учителя, проводила исследования с группой, состоящей примерно из 200 студентов младших курсов. Значения, полученные для отдельных факторов, снова оказались подвергнуты корреляционному, а затем и факторному анализу; другими словами, был проведен факторный анализ второго порядка. Выделенные таким образом четыре фактора получили название суперфакторов:

- фактор I: вспыльчивость — сдержанность,
- фактор II: реализм,
- фактор III: эмоциональность,
- фактор IV: социальная адаптируемость.

Они независимы друг от друга, о чем свидетельствует отсутствие корреляции между ними. Следовательно, индивид, обладающий определенной характеристикой по одному из факторов, занимает любую позицию относительно остальных. К. Лоуэлл приводит метод оценки факторов второго порядка, выделенных на основе анкеты Дж. Гилфорда, однако ею не были разработаны анкеты, позволяющие проводить диагностику темперамента. Возможно, по этой причине ее концепция не вызвала большого интереса среди психологов-практиков.

Большим успехом пользовалась факторная концепция структуры темперамента, выдвинутая Л. Тэрстоном (L. Thurstone, 1951). Исходным пунктом его исследований также стала концепция 13 факторов Дж. Гилфорда.

Проведя факторный анализ тех же данных, что были получены К. Лоуэлл, но применив другие приемы такого анализа, Л. Тэрстон выделил семь факторов второго порядка и назвал их основными. Далее они охарактеризованы только по одному полюсу.

1. *Активные.* Такие индивиды быстро работают, даже если нет необходимости спешить; быстро двигаются, нетерпеливы, даже если требуется сохранять спокойствие; постоянно в действии, склонны к поспешности. Как правило, много говорят, ходят, пишут.
2. *Энергичные.* Физически бодрые индивиды занимаются спортом, любят работу, особенно на воздухе и требующую мускульных усилий. Предпочитают всякую физическую активность, сопровождающуюся большими энергетическими затратами.
3. *Импульсивные.* Настроение у таких индивидов беззаботное и легкомысленное, они быстро принимают решения, очень легко переходят от одной задачи к другой, действуют под влиянием минутных побуждений.
4. *Доминантные.* Склонны руководить другими людьми, брать на себя ответственность, инициативны — хотя в действительности не всегда доминируют в данной группе, охотно выступают публично и организуют всякие товарищеские мероприятия.
5. *Стабильные.* Индивиды, для которых характерно невозмутимое, ровное расположение духа, в критические моменты сохраняют спокойствие, обладают способностью разряжаться, даже в неблагоприятных условиях легко сосредоточиваются, без труда прерывают неоконченную работу или продолжают ее, когда того требует ситуация.
6. *Социабельные.* Любят находиться в компании, легко заводят знакомства; покладисты, доброжелательны, склонны к сотрудничеству, приятны в общении.
7. *Рефлексивные.* Склонны к размышлениям, предпочитают теоретическую деятельность практической, часто занимаются самонаблюдением; обычно спокойны, хорошо работают в уединении, любят деятельность, требующую точности; охотней планируют, чем реализуют намеченное.

Таким образом, факторными концепциями выделяется определенный ряд свойств — факторов, позволяющих более или менее удачно описать темперамент. Как считают последователи подобных подходов, узнать темперамент индивида — это определить свойственное ему значение каждого из факторов, которые входят в структуру темперамента. Графически изображая такое типичное для данного человека значение, получают так называемый ***профиль темперамента,*** в котором отражаются полученные оценки по всем измерениям, а также отношения между ними. Каждый индивид имеет свой характерный профиль (структуру темперамента) (см. рис. 2.7).

Ян Стреляу отмечает, что метод изучения темперамента с помощью факторного анализа имеет существенные изъяны. У разных авторов количество и качество

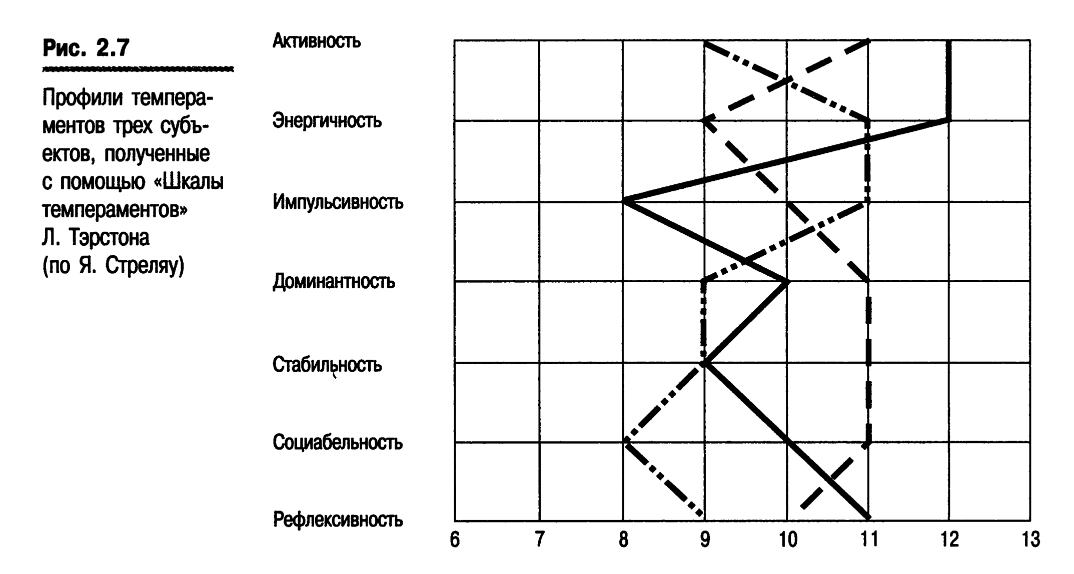


Рис. 2.7

Профили темпераментов трех субъектов, полученные с помощью «Шкалы темпераментов» Л. Тэрстона (по Я. Стреляу)

выделяемых факторов разное, хотя исходный материал, выступающий основой для этого вычленения, остается в принципе неизменным. Как правило, исследователи расходятся уже в исходном пункте, т. е. в выборе данных, подлежащих факторному анализу. Это приводит к тому, что получаемые структуры темперамента существенно отличаются друг от друга. Собственно, такой недостаток заложен уже в самом методе, предполагающем несколько математических приемов, позволяющих указать определенные факторы; но именно это и может приводить к различным результатам. Данный метод слишком произволен, во многом зависит от интуиции и настойчивости исследователя, пытающегося получить нужный для него результат не тем, так другим способом факторного анализа.

2.8. Типология К. Юнга

Карл Юнг (1992) тоже делил людей на типы, исходя из психологических различий между ними, которые, однако, он считал врожденными.

К. Юнг выделил два общих типа — экстравертированный и интровертированный. Для экстравертов характерна направленность на объект, поэтому мнения других людей, общепринятые нормы, объективные обстоятельства определяют их поступки в значительно большей степени, чем их собственное, субъективное отношение к окружающей действительности. У интроверта субъективное всегда превалирует над объективным, и ценность субъекта всегда выше, чем объекта. Испытывая какую-нибудь эмоцию, интроверт обращает внимание не на события или людей, которые ее вызвали, а на свои переживания. Собственное мнение для него важнее, чем окружающая реальность или суждения других людей.

Кроме сознательной установки оба типа имеют и бессознательную, которая по отношению к первой выполняет компенсаторную функцию и находится с ней в реципрокных (противоположных) отношениях: чем больше преувеличивается сознательная установка, тем примитивнее и инфантильнее становится бессознательная. У экстравертов при подавлении сознательной установки бессознатель-

ная оказывается интровертной (ориентированной на субъекта) и выражается в эгоцентрических устремлениях. У интровертов бессознательная установка акцентирует значение объекта, внешней ситуации. Чем сильнее выражена интровертная сознательная установка и, следовательно, чем более подавлена бессознательная экстравертная, тем больше тревоги и недоверия у интроверта вызывают новые и незнакомые объекты, тем страшнее ему становится общаться с окружающими. Идеалом для такого интроверта становится необитаемый остров, как пишет К. Юнг.

В зависимости от развитости четырех основных психических функций — мышления, эмоции, ощущения и интуиции, К. Юнг выделяет четыре типа экстравертов и четыре типа интровертов: экстравертированный мыслительный, экстравертированный эмоциональный, экстравертированный сенсорный, экстравертированный интуитивный, а также интровертированный мыслительный, интровертированный эмоциональный, интровертированный сенсорный и интровертированный интуитивный.

Экстравертированный мыслительный тип — субъекты, которые принимают важные решения рассудочно, создают схемы объективной реальности и непреложно руководствуются ими в своем поведении, требуя того же от окружающих. Если эти схемы («формулы», по К. Юнгу) возникают в результате глубокого понимания реальности, люди могут быть реформаторами и новаторами. Однако чем у́же схема, тем больше шансов, что представитель этого типа превратится в брюзгу, а служение идеалу не остановит его ни перед какими нравственными законами: цель для него оправдывает средства. Люди такого типа эмоционально тупы: они редко сочувствуют другим и не ценят дружбы, им чужды эстетические переживания, и поэтому они не интересуются искусством.

Экстравертированный эмоциональный тип склонен к «правильной» эмоциональной оценке всего того, что его окружает. Подобные люди любят партнеров, отвечающих определенным критериям (например, занимающих определенное социальное положение). Они ходят в театр и испытывают там те эмоции, которые и следует там испытать. От их чувств всегда веет холодом, поэтому они воспринимаются как притворство.

Экстравертированный сенсорный тип определяет ценность объектов по силе ощущения: чем оно сильнее, тем больше ценность. Люди этого типа ищут наслаж-



Карл Густав Юнг, швейцарский психолог и психиатр, родился 26 июля 1875 г. в Кесвиле, Швейцария. Сын протестантского священника и внук профессора Карла Густава Юнга-старшего. Окончил Базельскую гимназию и Базельский университет. Начинал свою медицинскую практику в Базеле и в Париже. В 1907–1912 гг. был ближайшим сотрудником З. Фрейда. После разрыва с ним в 1920-х гг. участвует в ряде экспедиций в страны Африки. В 1933 г. избирается президентом Германского медицинского психотерапевтического общества. В 1934 г. основывает первое международное медицинское психотерапевтическое общество. В период Третьего рейха (до 1939 г.) издавал «Журнал психотерапии», восхвалявший Гитлера и нацистов. В эти годы он поддерживал идею физического уничтожения психических больных. Умер в 1961 г.

дения и удовольствия. Производят на окружающих впечатление радующихся жизни, эстетов, если ощущения не очень доминируют над остальными функциями. В противном случае они становятся неприятными для окружающих.

Экстравертированный интуитивный тип обладает необычайно развитым «нюхом» на все новое и необычное. Такой человек легко и бурно увлекается новым объектом, может заразить своим энтузиазмов и воодушевить других, но как только объект его привязанности исчерпывает свои возможности к развитию, он без сожаления забывает о нем и переключается на новый. При этом нравственные устои его никогда не беспокоят, поэтому окружающие считают его легкомысленным и даже авантюристом. К. Юнг пишет по поводу людей этого типа, что они «распространяют» вокруг себя полноту жизни, но живут не они, а другие.

Интровертированный мыслительный тип характеризуется мышлением, которое не воссоздает реальную действительность, а доводит ее неясный образ до понятной и четко сформулированной идеи. Из-за этого он склонен подстраивать факты под идею или вообще их игнорировать. Он создает теории ради теорий. В отличие от экстравертированного мыслительного типа стремится не к расширению знаний о мире, а к их углублению. Не считает нужным увлечь окружающих собственными идеями и завоевать их поддержку. При убежденности в правоте своих идей негодует на общество, отказывающееся их принимать. Он плохой учитель. Окружающими воспринимается как высокомерный и властный. Однако для тех, кто его знает близко, выглядит наивным и неприспособленным.

Интровертированный эмоциональный тип выглядит внешне спокойным, даже индифферентным. Его эмоции часто незаметны для окружающих, хотя внутри у него может все кипеть. Подобная эмоциональная сдержанность воспринимается окружающими негативно как проявление холодности.

Интровертированный сенсорный тип в отличие от экстравертированного сенсорного ориентируется не на объекты, вызывающие интенсивные ощущения, а на интенсивность ощущений, вызванных объектами. Поэтому как только ощущение возникает, объект для него теряет ценность. Представители данного типа непонятны окружающим и непривлекательны для них.

Интровертированный интуитивный тип порождает, по К. Юнгу, фантастов и художников, а при отклонении от нормы — мистиков. Продукты их творчества для окружающих непонятны.

Нельзя не обратить внимания, что при описании этих типов у К. Юнга явно просматривается крен в сторону отрицательных их характеристик. Это связано с тем, что источником создания данной типологии был клинический опыт ее автора.

2.9. Типы темперамента (акцентуации характера) по К. Леонгарду

Для клинических целей К. Леонгард разработал описательный метод оценки темперамента. Согласно представлениям автора, существуют следующие основные типы темперамента.

1. *Гипертимический*, характеризующийся усиленной жаждой деятельности, наличием оптимистических черт в поведении, инициативностью, повышенной речевой активностью, живостью и веселостью.

2. *Дистимический*, характерный для пассивного человека с пониженной речевой активностью и замедленностью действий.
3. *Аффективно-лабильный*, который характеризует людей с резкой сменой гипертимических и дистимических состояний.
4. *Аффективно-экзальтированный*, который характерен для людей, легко приходящих в восторг от радостных событий и в полное отчаяние от печальных.
5. *Эмотивный*, близкий к предыдущему, но отличающийся более медленным возникновением эмоций.
6. *Тревожный*.

Как видно из этого перечня, К. Леонгард учитывал две характеристики — активность и эмоциональность.

Такая типология, выведенная эмпирическим путем, предназначена для клинических целей и должна использоваться с большой осторожностью при характеристике темперамента здоровых людей. И все же нельзя не отметить, что и среди последних могут встречаться лица с выраженными особенностями одного из указанных четырех типов.

В разное время в качестве основ темперамента выдвигались разные биологические подсистемы человеческого организма: а) гуморальная – в учении Гиппократа темперамент связывался с разным соотношением крови, желчи, черной желчи и слизи: б) соматическая – Э. Кречмер, У. Шелдон, С. Стивенс связывали темперамент с особенностями телосложения человека или с выраженностью тех или иных тканей человеческого организма, и, наконец, в) нервная – темперамент человека связывают с особенностями функционирования центральной нервной системы, типами ВНД (В. Д. Небылицын, К. Обуховский, Б. М. Теплов) или в последние годы с разной выраженностью тех или иных структур мозга (П. В. Симонов).

Основной недостаток таких подходов заключается в том, что в качестве основания темперамента как целостного психологического образования берется не вся биологическая подсистема человека, а лишь та или иная ее часть, каждая из которых (гуморальная, соматическая или нервная) сама по себе не обладает необходимыми и достаточными для этого свойствами (В. М. Русалов, 1985, с. 21).

ГЛАВА 3

Новые подходы к изучению типологических различий между людьми

3.1. Представления о темпераменте Г. Айзенка

Очевидные недостатки популярных на Западе теорий темперамента Э. Кречмера и К. Юнга попытался «исправить» английский психолог Ганс Айзенк (1957, 1990), который предложил рассматривать типологии этих двух ученых как систему из четырех координат (рис. 3.1).

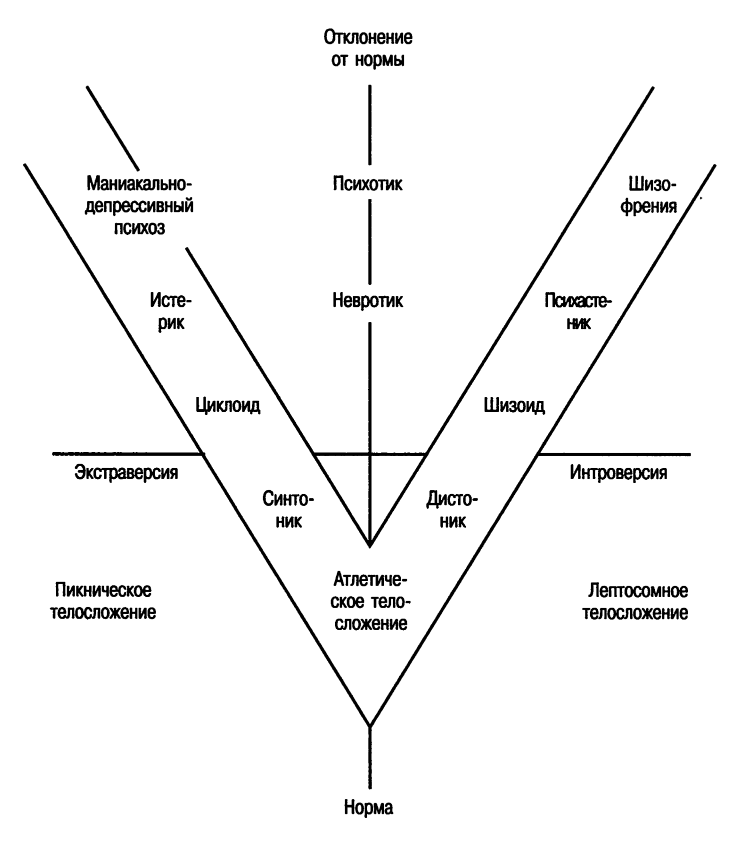


Рис. 3.1

Сочетание типологий К. Юнга и Э. Кречмера (по Г. Айзенку)

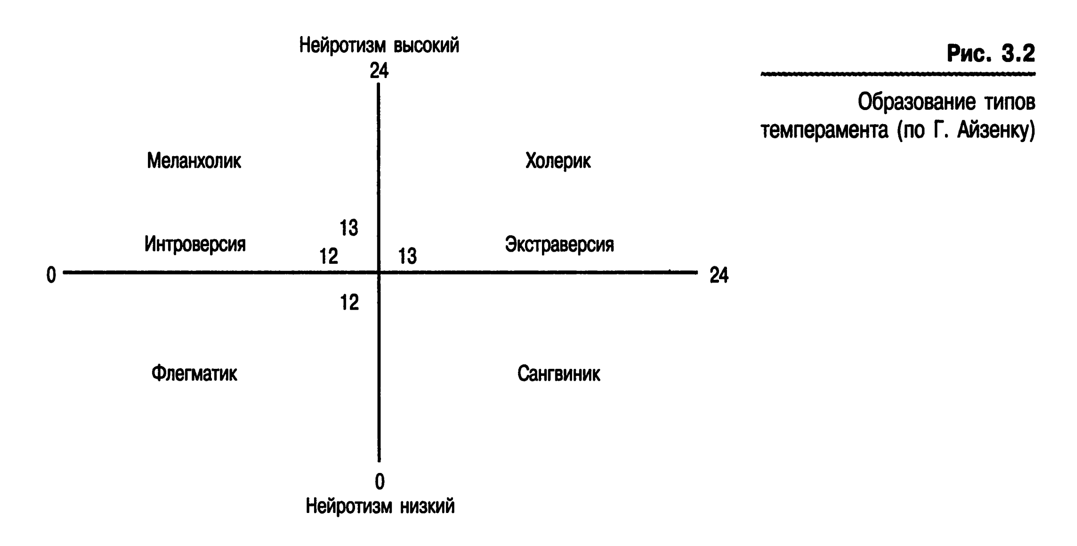
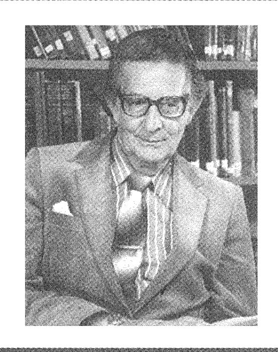


Рис. 3.2

Образование типов темперамента (по Г. Айзенку)

Первую координату образует объектно-субъектная ориентация (от максимальной экстраверсии до максимальной интроверсии). Второй выступает шкала нормы — патологии. Средние величины патологии (психических отклонений) образуют неврозы, сильные — психозы. Третья координата — шкала маниакально-депрессивный психоз — шизофрения. Середина этой шкалы представлена нормальными психическими состояниями. Для одного типа темперамента таковые выступают синтонией (минимально выраженной циклотимией) и собственно циклотимией, для другого — дистонией и шизотимией. Средние величины психических отклонений образуют соответственно истерию и психастению, а максимальные — маниакально-депрессивный психоз и шизофрению. Четвертая координата образована тремя типами телосложения: пикническим, атлетическим и лептосомным.

Заслуга Г. Айзенка состоит, во-первых, в подведении физиологической базы под чисто психологические типы К. Юнга, и, во-вторых, в том, что все психологические проявления — нормальные и патологические — рассматриваются как континуумы значений, а не как крайние типы. Но и в этом случае одна из координат, относящаяся к типам телосложения, остается дискретной.



Ганс Юрген Айзенк родился в 1916 г. в Германии. Научной деятельностью занимается в Англии. Профессор Лондонского университета, руководитель психологической лаборатории Института психиатрии в Лондоне. Один из основателей клинико-психологического направления исследований в Великобритании. Известен работами в области исследования расстройств личности. Им внесен значительный вклад в разработку психодиагностических методов (личностные опросники Айзенка), в том числе интеллекта. Автор оригинальной модели личности, двухфакторной теории социальных установок личности, трехфакторной теории памяти.

Описывая поведение экстравертов и интровертов, с одной стороны, и лиц с высоким и низким нейротизмом — с другой, Г. Айзенк построил свою модель типов темперамента. Тип темперамента, согласно этому автору, представляет собой один из четырех квадрантов при пересечении двух ортогональных шкал: 1) экстраверсия — интроверсия и 2) эмоциональная стабильность — лабильность. Первая шкала характеризует индивида со стороны «открытости» внешнему миру, вторая — со стороны его эмоциональной устойчивости. Сочетание таковой с экстраверсией Г. Айзенк отождествляет с типом сангвиника; эмоциональной лабильности и экстраверсии — с холериком; эмоциональной устойчивости и интроверсии — с флегматиком, а эмоциональной лабильности и интроверсии — с меланхоликом (рис. 3.2).

В представленной модели отсутствуют такие характеристики темперамента, как эмоциональная возбудимость и реактивность.

3.2. Подход к изучению темперамента в пермской психофизиологической школе В. С. Мерлина

Другой подход к темпераменту был у В. С. Мерлина, основателя пермской психологической школы, специфика которой заключалась в изучении частных проявлений темперамента — его свойств.

▶ **Свойства темперамента** – это такие природные психические свойства, которые характеризуют динамическую сторону психической деятельности: быстроту возникновения и устойчивость психических процессов, их интенсивность, направленность психической деятельности и т. д.

Свойства темперамента характеризуют именно особенности психической деятельности, а не физиологические процессы, хотя и связаны с последними.

Однако как и при установлении типов темперамента возникли существенные разногласия относительно и количества его свойств, и их качественного состава, хотя признается, что формально-динамические свойства темперамента связаны с эмоциями, энергией и вниманием. Именно различия в выраженности таких свойств у разных людей интересуют многих дифференциальных психологов.

В. С. Мерлин (1973) выделил такие свойства темперамента, как сенситивность (чувствительность), реактивность (легкость возникновения реакции, побуждения к действию), пластичность (изменчивость) — ригидность (инертность) установок, тревожность (склонность к беспокойству), экстравертированность (открытость, общительность) — интровертированность (замкнутость), эмоциональную возбудимость, экспрессивность (энергичность проявления эмоций в жестах, речи), активность произвольной целенаправленной деятельности.

В. С. Мерлин (1964) считал, что понятие темперамента должно быть не исходной предпосылкой, а конечным результатом разработки теории такового. В качестве же предпосылки следует описать признаки, по которым можно было бы отличить темперамент от других индивидуальных психологических особенностей.

Автор полагал, что тип темперамента зависит от общего типа нервной системы по И. П. Павлову. Однако такую характеристику темперамента он считал недостаточной и выдвигал ряд других признаков.

Первым, основным признаком темперамента В. С. Мерлин считал его обусловленность свойствами нервной системы. Далее исследователь назвал еще ряд особенностей, которые можно признать свойствами (характеристиками) темперамента. Это регулирование динамики психической деятельности в целом; проявление своеобразия динамики отдельных психических процессов; устойчивый характер на протяжении длительного времени; строго закономерное соотношение между ними, говорящее о типе темперамента. Иначе говоря, признаки темперамента — его врожденность, стабильность проявления, влияние на динамику психической деятельности человека, наличие определенного комплекса свойств (красиса), обусловливающего определенный тип темперамента. К таким свойствам В. С. Мерлин также относил особенности эмоционально-волевой сферы.

Однако на практике все свелось к изучению отдельных свойств темперамента.

В. С. Мерлин считал, что применяющиеся до сих пор способы исследования типов нервной системы нельзя считать достаточными. По его мнению, они в лучшем случае устанавливают фактически существующую совокупность типологических особенностей, наблюдающуюся у данного человека, или стохастическую связь (при использовании статистических методов на группе людей). Психологическую функциональную взаимозависимость свойств нервной системы таким путем установить нельзя. Поэтому существующие типологии нервной системы следует, по мнению В. С. Мерлина, считать лишь предварительными.

Действительно, наличие у человека тех или иных типологических особенностей еще не означает, что все они входят в один и тот же типологический комплекс. Могут быть специфические черты, нейтральные по отношению к последнему. Поэтому надо знать, на что и каким образом оказывает влияние данная типологическая особенность и как это влияние согласуется с ролью других типологических особенностей, которыми характеризуется этот человек. Только тогда можно определить, существует ли у него какой-либо *типологический комплекс*, т. е. *сочетание типологических особенностей, обусловливающих степень проявления того или иного психофизиологического феномена (склонности, способности, волевого качества и т. п.).*

С точки зрения В. С. Мерлина, под типом следует понимать не просто сочетание типологических особенностей, а *сочетание, сопровождающееся закономерными связями между ними.*



Вольф Соломонович Мерлин родился в 1898 г. в г. Могилеве в семье учителя. В 1923 г. окончил Петроградский педагогический институт. Его научная деятельность началась в психологическом отделе Ленинградского института научной педагогики и продолжилась в Ленинградском пединституте им. А. И. Герцена, Саратовском и Свердловском (теперь Екатеринбургском) пединститутах. С 1947 по 1953 г. его научная и педагогическая деятельность была связана с Казанским университетом. Докторскую диссертацию защитил в 1950 г. Затем до конца своих дней работал в Пермском пединституте, основав там пермскую психологическую школу.

Выдающийся специалист в области дифференциальной психофизиологии, психологии личности. Основные его труды: «Очерк теории темперамента» (М., 1964, автор и научный редактор); «Очерк психологии личности» (Пермь, 1959); «Очерк интегрального исследования индивидуальности» (М., 1986). Умер В. С. Мерлин в 1982 г.

При этом он считал наиболее вероятным, что не тип зависит от сочетания типологических особенностей, а, наоборот, свойства, особенности их проявления зависят от типа. Свою точку зрения исследователь подкрепляет ссылкой на факты связи типологических различий с биохимическими показателями, гормональной деятельностью, обменом веществ, с особенностями телосложения. Таким образом, В. С. Мерлин от типов высшей нервной деятельности переходит в своей концепции к конституциональным типам, в которых отражаются морфологические и биохимические особенности человека.

Поэтому основным направлением в изучении свойств нервной системы и темперамента стало установление связи между какими-либо типологическими особенностями свойств нервной системы и отдельными характеристиками (свойствами) темперамента.

Ученик В. С. Мерлина — В. В. Белоус (1981), используя математическую модель инварианта, выделил два интегральных типа темперамента, условно названных им А и Б. Субъекты типа А характеризовались сильным возбуждением, высокой или низкой динамичностью торможения, экстраверсией, беззаботностью, пластичностью, высокой или низкой эмоциональностью. Тип Б отличался слабым возбуждением, высокой или низкой динамичностью возбуждения, интроверсией, ригидностью и тревожностью. Однако в этих комплексах, характеризующих типы, многое вызывает вопросы.

Во-первых, настораживает сведение всего многообразия типов лишь к двум. Во-вторых, неужели субъекты с высокой эмоциональностью никак не отличаются от субъектов с низкой эмоциональностью? В-третьих, весьма сомнительной характеристикой служит динамичность возбуждения и торможения (как будет показано ниже (см. раздел 4.3), скорее всего такого свойства нервной системы, по крайней мере — монометричного, независимого от слабости нервной системы, не существует). Не случайно, очевидно, в более поздней работе (1982) В. В. Белоус убрал из характеристики этих типов свойство динамичности, а для типа А оставил только высокую эмоциональность, отказавшись от учета низкой. Кроме того, в характеристику типа А он добавил импульсивность, а типа Б — неэмоциональность и заторможенность. В-четвертых, как справедливо отмечает В. М. Русалов (1985), в этих объяснениях темперамента нет многих его важных характеристик; например, не упоминается активность.

Вообще, выделение тех или иных типов с помощью математических процедур во многом зависит от набора изучаемых особенностей человека. В случае с одним каким-либо набором могут выявиться те или иные типы, а с другим — свои. Так что все они отражают истинное положение вещей лишь в относительной мере.

3.3. Взгляд на проблему темперамента в психофизиологической школе Б. М. Теплова

Более последовательную позицию занимал Б. М. Теплов (1959). Он отмечал опасность смешения двух понятий — типа поведения и типа как комплекса свойств нервной системы (точнее — комплекса типологических особенностей проявления таковых). Он подчеркивал, что они не могут быть просто «наложены» друг на друга.

С одной стороны, в типичных картинах поведения может проявляться определенный комплекс свойств нервной системы, с другой стороны — учение о типах как комплексах свойств нужно именно для того, чтобы научно разобраться в картинах поведения (Теплов, 1956, с. 6).

Следует подчеркнуть, что когда говорят о типе, имеют в виду интегральную характеристику, отражающую комплекс (сочетание) нескольких свойств. Однако ряд авторов рассуждают о «сильном типе нервной системы», «слабом типе нервной системы», «инертном типе» и т. п., выстраивая, таким образом, классификацию лишь по одной типологической особенности проявления какого-либо свойства нервной системы. При этом доказывается, что сила — слабость это вовсе не полярные проявления одного и того же свойства, а разные свойства. Такое толкование понятия «тип» некорректно и вызвано игнорированием физиологической сущности свойств нервной системы или отождествлением с психологическими проявлениями этих свойств.

В лаборатории Б. М. Теплова сложилась определенная методология изучения свойств нервной системы, четкое изложение которой дано В. Д. Небылицыным (1966). Одно из фундаментальных положений этой методологии — требование *изучать свойства нервной системы, а не типы высшей нервной деятельности*. По мнению автора, «классификация типов высшей нервной деятельности, созданная на основе учения о свойствах как бы в развитие этого учения, явилась на самом деле, как показал опыт применения этой классификации в физиологии и психологии, очевидным шагом назад по сравнению с оригинальной и в высшей степени плодотворной идеей об основных свойствах нервной системы... Слишком часто дело сводилось именно к распределению контингента испытуемых по четырем "типам" и лишь в лучшем случае выделению еще нескольких промежуточных "типов". В этих условиях число "четыре" неизбежно приобретало некоторый мистический оттенок» (В. Д. Небылицын, 1966, с. 7–8).

Действительно, ориентация всего лишь на четыре типа высшей нервной деятельности (кстати, существующая до сих пор в учебниках по физиологии, психологии и педагогике) стала тормозить развитие дифференциальной психофизиологии. Были выявлены такие сочетания типологических особенностей (сильный,



Борис Михайлович Теплов родился 21 октября 1896 г. в г. Туле в семье инженера. Действительный член АПН РСФСР. В 1914 г., окончив гимназию, поступил на философское отделение историко-филологического факультета Московского университета, однако в 1916 г. из-за Первой мировой войны был призван в армию и отправлен в школу прапорщиков. Принимал участие в боевых действиях на Западном фронте. После демобилизации продолжил обучение в МГУ, который окончил в 1921 г. Затем снова был призван в Красную армию и работал в ряде ее учреждений, где занимался изучением психологических вопросов маскировки.

С 1933 г. – заведующий лабораторией и отделом института психологии при Московском университете (в последующие годы ставшим НИИ общей и педагогической психологии АПН); был заместителем директора этого института. Изучал проблему способностей и одаренности, с 50-х гг. его интересы сфокусировались на изучении типологических особенностей свойств нервной системы. Создал свою психофизиологическую школу, занимавшуюся изучением этой проблемы.

Умер Б. М. Теплов 28 сентября 1965 г.

неуравновешенный с преобладанием торможения над возбуждением; слабый с преобладанием торможения и др.), которые не могли быть отнесены ни к одной из вариаций павловской классификации. Еще более усложнилась проблема, когда в лаборатории Б. М. Теплова стали постулировать новые свойства нервной системы: лабильность, динамичность, концентрированность. Поэтому Б. М. Теплов считал, что на данном этапе изучения проблемы больший научный смысл имеет выявление типологических особенностей проявления свойств нервной системы, чем определение «типов». Он справедливо полагал, что никакая научно обоснованная классификация последних невозможна, пока детально не будут изучены вопросы, относящиеся к основе такой классификации — свойствам нервной системы.

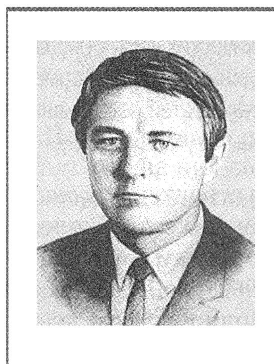
В. Д. Небылицын, опираясь на эту мысль, утверждал:

> Центральной проблемой «учения о типах» является пока отнюдь не применение готовой типологической схемы к исследованию вопросов прикладного характера, а предварительное детальное изучение природы и содержания основных свойств нервной системы, определение их структуры и характера взаимоотношений (их сочетаемости) и лишь как результат всего этого — постановка вопроса о возможных комбинациях свойств нервной системы, в том числе «типических» комбинациях, и о классификации типов нервной системы, если таковая вообще окажется возможной (1966, с. 9).

К сожалению, эта задача — отыскать «типические» сочетания типологических особенностей проявления свойств нервной системы — в лаборатории Б. М. Теплова — В. Д. Небылицына так и осталась нерешенной.

В. Д. Небылицын (1976), а позднее и его ученик В. М. Русалов (1985) выделяют в темпераменте, как и ряд их предшественников (Хейманс и Вирсма, Кречмер и др.), две подструктуры: общую активность и эмоциональность. Первая представляет, по В. М. Русалову, компонент более высокоорганизованной структуры — интеллекта, а вторая — компонент характера.

Согласно представлениям В. М. Русалова, в основе темперамента лежат свойства не отдельной какой-либо биологической подсистемы, а общая конституция человеческого организма, которая рассматривается им как совокупность частных конституций, — т. е. совокупность физических и физиологических свойств индивида, закрепленных в его наследственном аппарате. (Замечу, что введение им частных биохимической, нейродинамической и других физиологических конституций весьма спорно.) В общую конституцию, по мнению автора, надо включать



Владимир Дмитриевич Небылицын родился 21 июля 1930 г. в г. Троицке Челябинской области. Доктор психологических наук, профессор, член-корреспондент АПН СССР. Окончил в 1952 г. отделение логики и психологии филологического факультета МГУ. В течение двух лет вел методическую работу в Дагестанском институте усовершенствования учителей. В 1954 г. поступил в аспирантуру Института психологии АПН РСФСР, которую закончил в 1957 г., защитив кандидатскую диссертацию. Ученик Б. М. Теплова, после смерти которого (в 1965 г.) заведовал лабораторией психофизиологии НИИ общей и педагогической психологии АПН СССР, совмещая эту работу с деятельностью заместителя директора института по науке. В 1965 г. защитил докторскую диссертацию. В 1967 г. избран членом-корреспондентом АПН СССР. С 1972 г. был заместителем директора Института психологии АН СССР. Погиб в авиакатастрофе 1 октября 1972 г.

и генетические, и биохимические, и соматические, и физиологические, и нейрофизиологические характеристики человека.

В связи с таким «набором» составляющих темперамент компонентов становится неясным, почему В. М. Русалов это образование — темперамент — называет психологическим. Что в этом «составе» психологического (даже если учесть две психологические составляющие — активность и эмоциональность, которые отнюдь не только, а скорее всего — и не столько психологические, сколько физиологические)?

В биологии человека, антропологии, медицине для обозначения совокупности устойчивых, врожденных или приобретенных признаков широко используется понятие конституции (от латинского *constitutus* – установленный, устойчивый).

Исторически сложилось, что в термин «конституция» вкладываются два резко отличающихся друг от друга смысла. Первый – конституция как совокупность наиболее существенных индивидуальных особенностей и свойств, закрепленных в наследственном аппарате и определяющих специфичность реакций всего организма на воздействие среды. В этом смысле конституция рассматривается как функциональное единство всех физических и физиологических свойств человеческой индивидуальности.

Второй, более узкий, смысл – конституция как тип телосложения, габитус, соматотип, физические особенности человека. В связи с этим для устранения существующей путаницы в употреблении термина «конституция человека» целесообразно употреблять термин «общая конституция человека». Тогда тип телосложения (габитус, соматотип) будет частной конституцией (макроморфологической системой). В таком случае совокупность устойчивых существенных особенностей биохимических процессов или совокупность основных свойств нервной системы и т. д. будет частной конституцией соответствующих систем организма: биохимической, нейродинамической и т. д. (В. М. Русалов, 1979, с. 25, 26–27).

Позиция В. М. Русалова отличается оригинальностью еще и и потому, что, как считает ученый, «темперамент не существует до деятельности или вне деятельности в широком смысле этого слова. Он формируется в процессе самой деятельности, в результате генерализации ее динамических психологических характеристик за счет тех индивидуально-устойчивых нейрофизиологических (или, более широко, биологических) компонент, которые в нее включены» (1985, с. 29). Таким образом, темперамент, по В. М. Русалову, означает то же самое, что для других — характер (как фенотип). Отсюда и понимание темперамента, даваемое В. М. Русаловым:

- **Темперамент следует рассматривать как совокупность таких психических черт, признаков и свойств человека, которые возникли в результате обобщения динамических, формальных характеристик, выступающих как проявление психических деятельностей под влиянием устойчивых индивидуальных биологических детерминант (с. 31).**

Автор в отличие от В. С. Мерлина включает темперамент в структуру *личностных* свойств, что также не совсем согласуется с его представлением о биологических компонентах, образующих структуру темперамента. Ведь сам же исследователь критикует Б. Г. Ананьева за включение этих индивидных свойств в структуру личности, считая их компонентами темперамента. Очевидно, он отождествляет такие понятия, как «структура личности», в которую темперамент может входить как биологическая база, и «личностные свойства», т. е. свойства, приоб-

ретаемые индивидом в процессе его социализации (отношение человека к миру, к обществу, к другим людям, к себе и др.).

По В. М. Русалову, типов темперамента столько, сколько общих типов конституции. (Если же придерживаться понимания автором сути темперамента как продукта деятельности, возникает еще один вопрос: почему бы тогда не выделять число типов по количеству видов деятельности?) Беда лишь в том, что, как признается исследователь, мы еще далеки от знания точного (я бы сказал — даже приблизительного!) количества типов общей конституции человеческого организма.

Изложенная выше позиция, принятая в школе Б. М. Теплова, не была декларацией окончательного отказа от рассмотрения «типов». Но, откладывая рассмотрение этого вопроса на неопределенное будущее, в лаборатории Б. М. Теплова на деле перестали заниматься типами высшей нервной деятельности по И. П. Павлову — и теоретически и методически (условно-рефлекторные методики изучения свойств нервной системы были заменены на методики, связанные с реакциями человека на разные стимулы). Правда, в последние годы делаются попытки возродить изучение типов темперамента, связав их со специально человеческими типами согласно И. П. Павлову (по преобладанию первой или второй сигнальной системы), а те и другие — со свойствами нервной системы (В. В. Печенков, 1997).

3.4. Регуляторная теория темперамента Я. Стреляу

Близка к взглядам на темперамент российских психологов регуляторная теория темперамента польского психолога Я. Стреляу (1982, и др. работы). В ней он попытался синтезировать подходы школ И. П. Павлова, Б. М. Теплова и В. С. Мерлина, а также концепцию Д. Хебба (D. Hebb, 1955) об оптимальном уровне возбуждения и регуляции стимуляции.

Я. Стреляу понимает темперамент как совокупность стабильных свойств, определяемых особенностями врожденных нервных и эндокринных механизмов (J. Strelau, 1983; J. Strelau, R. Plomin, 1992). Он выделяет две основные характеристики темперамента: реактивность и активность. *Реактивность* проявляется в интенсивности реакции на стимул. Высокореактивные люди предпочитают низкий уровень внешней стимуляции. Слабореактивные люди, напротив, предпочитают сильную внешнюю стимуляцию для того, чтобы достигнуть оптимального уровня активации. Реактивность влияет на регуляцию поведения, определяя порог чувствительности и работоспособность (выносливость). *Активность* проявляется в количестве и разнообразии действий человека. Обе эти характеристики находятся в реципрокных (обратно пропорциональных) отношениях.

Первоначально в своем опроснике темперамента Я. Стреляу выделил шесть шкал. Три из них связаны с энергетическими характеристиками поведения: сенсорная чувствительность, выносливость и активность; три — с временными характеристиками: подвижность, устойчивость и живость; седьмой фактор — эмоциональная реактивность. Затем он вместе с Б. Завадским (J. Strelau, B. Zawadzki, 1995) оставил в опроснике только шесть шкал, включив подвижность (быструю переключаемость с одного вида деятельности на другой) в шкалу «живость», которая кроме этого характеризуется тенденцией к быстрому реагированию и высоким темпом деятельности.

Опираясь на данные американского ученого Г. Фримена о том, что наблюдается известное предпочтение в способах разрядки энергии (напряжения): у одних людей она происходит прежде всего в двигательных реакциях, у других преобладают интеллектуальные реакции, у третьих — висцеральные (вегетативные) реакции, Я. Стреляу утверждает, что, стремясь распознать особенности темперамента индивида, необходимо наблюдать различные его реакции. Может оказаться, что, например, ученик, характеризующийся малой активностью и низкой энергетикой на уроке физкультуры, обнаружит большую активность в речевых реакциях или вообще в умственных действиях. И совсем иное описание темперамента индивида можно получить, наблюдая его эмоциональные реакции.

Изучение типов связано в первую очередь с задачей прогностичности поведения в медицине и педагогике (при воспитании и обучении). И здесь, впрочем, так же как и в науке, любому исследователю приходится сталкиваться с парадоксом «отрицания очевидного». Отнесение человека к типу, с одной стороны, помогает лучше понять его особенности. Но, с другой стороны, такое «приклеивание ярлыков» может – и это часто случается – стереотипизировать, сужать представления о возможном поведенческом репертуаре, что неизбежно снижает уровень понимания индивидуальных особенностей субъекта. Поэтому многие, избавляя себя от трудоемкой задачи разведения уровней оцениваемого явления, начинают отрицать значение наиболее очевидных человеческих особенностей, определяющих тип, и... попадают в ловушку «бесконечного эмпирического разнообразия», окончательно теряя почву под ногами. Нам кажется, что дело не в реальности или вымышленности типологий (речь идет, разумеется, о научно сконструированных моделях типологических различий), а в умении использующего их человека применять шкалу простоты – сложности для определения номотетическо-идеографической границы в каждом отдельном случае (А. В. Либин, 2000, с. 368).

3.5. Подходы западных психологов к изучению типов темперамента

Американские ученые А. Томас и С. Чесс (A. Thomas, S. Chess, 1977) под темпераментом подразумевают стиль поведения. По их мнению, темперамент не может характеризоваться ни содержанием, ни мотивацией, ни успешностью деятельности. У детей первых лет жизни они выделили девять независимых друг от друга характеристик поведения.

1. Уровень активности (моторные характеристики, подвижность во время кормления, купания, соотношение активного и пассивного поведения в течение дня).
2. Ритмичность (степень предсказуемости времени появления поведенческих реакций, например появление чувства голода, и продолжительность состояния во времени, например длительность сна).
3. Приближение или удаление (особенности эмоциональных и двигательных реакций на новые стимулы).
4. Адаптивность (реакция на новую или изменяющуюся ситуацию).
5. Интенсивность реакции независимо от ее качества и направленности.
6. Порог реактивности (уровень стимуляции, необходимый для появления реакции независимо от ее качества и сенсорной модальности).
7. Настроение (соотношение радостного состояния и состояния неудовлетворенности).

8. Отвлекаемость (эффективность действия новых стимулов для изменения поведения).
9. Длительность внимания и настойчивость (способность продолжать деятельность, несмотря на трудности в ее осуществлении).

Основываясь на этих характеристиках, Томас и Чесс выделяют «легких», «трудных» и «заторможенных» детей. «Легких» детей характеризуют устойчивая ритмичность биологических функций, положительная реакция на новые стимулы, быстрая адаптация к изменениям и умеренное по интенсивности положительное настроение. «Трудным» детям присущи колебания биологических ритмов, сопротивление изменениям, интенсивные негативные реакции. Для «заторможенных» характерны устойчивый ритм жизненных функций, медленная адаптация. Однако при поддержке извне их реакции вполне нормальные.

Это, однако, не значит, как отмечают авторы, что наличие данных характеристик предопределяет, каким будет ребенок. Важно учитывать и сочетаемость таковых с социальным окружением, которое их либо подкрепляет, либо подавляет.

Традиции американских психологов в изучении темперамента с помощью факторного анализа были сохранены и в последующие годы. А. Басс и Р. Пломин, (A. Buss, R. Plomin, 1976), разработавшие популярную в современной американской психологии концепцию темперамента, считают, что в нем должны прежде всего отражаться стилевые особенности поведения, его экспрессивные, а не содержательные аспекты. Однако чтобы конкретная черта могла считаться относимой к темпераменту, необходимы, по мнению этих авторов, еще четыре условия:

- наследственная обусловленность;
- стабильность ее проявления в течение всей жизни;
- адаптивное значение, т. е. способствование биологическому приспособлению;
- наличие ее у животных.

А. Басс и Р. Пломин выделяют три характеристики (свойства) темперамента: эмоциональность, активность и социабельность, самостоятельность которых и независимость друг от друга были подтверждены факторным анализом.

Эмоциональность выражается, согласно этим исследователям, в легкости возникновения аффективных реакций и оценивается по интенсивности таковых. Активность характеризуется общим энергетическим уровнем (человек всегда занят, любит двигаться, часто торопится, обладает быстрой речью и энергичными движениями). Про такого человека говорят: «Не может сидеть на месте». Социабельность связана с потребностью в аффилиации (т. е. со стремлением к социальному поощрению, к взаимодействию с другими людьми, в желании постоянно находиться среди людей).

В более раннем исследовании А. Басса с соавторами (A. Buss et al., 1973) было показано, что активность, эмоциональность, социабельность и импульсивность имеют достоверно высокие коэффициенты наследуемости.

М. Ротбарт (M. Rothbart, 1989) выделил два основных параметра темперамента: реактивность и саморегуляцию. *Реактивность* он понимает как легкость возбуждения моторной, аффективной, вегетативной нервной и эндокринной систем. *Саморегуляция* — это процессы внимания и поведения, с помощью которых чело-

век пытается приспособиться к негативной активации или преодолеть ее. Это приближение к неприятным стимулам или избегание их.

Долгое время господствовало менение, восходящее к типологии Гиппократа – Галена, согласно которому свойства темперамента определяются прежде всего деятельностью эндокринной системы. Так, ряд исследований указывают на значение гормонов надпочечников в процессе мобилизации организма... Можно было бы продолжить перечисление экспериментов, показывающих зависимость определенных свойств темперамента от функционирования гормональной системы. Это свидетельствует о том, что у психологов, связывающих черты темперамента с деятельностью эндокринной системы, есть определенные основания.

Однако оказывается, что не меньшие основания есть и у тех исследователей, которые связывают свойства темперамента с деятельностью автономной нервной системы. Некоторые авторы указывают на то, что в зависимости от специфического и характерного для отдельных индивидов действия симпатической и парасимпатической систем по-разному формируются свойства темперамента. У людей с преобладанием симпатической системы наблюдается большая реактивность, возбудимость и изменчивость поведения, тогда как индивидам с преобладанием парасимпатической системы свойственно поведение, типичное для флегматика (M. A. Wenger, 1942; R. A. Terry, 1953; H. J. Eysenk, 1963).

После открытия ретикулярной формации, локализованной в стволе мозга, и доказательства того, что она образует основной механизм, регулирующий (активирующий или тормозящий) уровень возбуждения в коре мозга, все большее число исследователей подчеркивают ее роль в формировании свойств темперамента (Г. Мэгун, 1965; P. F. Werre, J. A. Gray, 1964; J. F. Orlebeke, 1972). Многие исследования указывают на то, что существуют относительно устойчивые индивидуальные различия по основным параметрам функционирования этой системы, что говорит в пользу взглядов этой группы ученых.

Наконец, концепция типов нервной системы по И. П. Павлову, принимаемых большинством советских психологов за физиологическую основу темперамента или даже отождествляемых с темпераментом, подчеркивает исключительное значение определенных свойств коры мозга, соответствующая комбинация которых определяет тип темперамента.

Как видно из приведенного нами беглого обзора, приходится часто встречаться с односторонней трактовкой физиологических основ темперамента, когда преувеличивается значение одной из названных физиологических систем. Факты, представленные в рамках этих концепций, позволяют считать каждую из них в чем-то справедливой; поэтому взаимная полемика сторонников различных концепций не может привести к решающему успеху какой-либо одной из них. Главной ошибкой в такого рода дискуссиях является недооценка того факта, что организм – это сложная, целостная система, состоящая из взаимосвязанных и взаимодействующих частей. Гормональная система, периферическая и центральная нервная системы, и особенно ретикулярная формация и кора головного мозга, связаны друг с другом. Из этого следует, что кора головного мозга не только оказывает воздействие на функционирование других систем, выполняя в основном координирующую и управляющую роль, но и испытывает обратное воздействие с их стороны. Это, в частности, выражается в том, что гормональная система прямо или косвенно влияет на функциональное состояние коры головного мозга.

Поскольку установлено, что уровень функционирования каждой из названных физиологических систем находится в определенной связи с формами поведения, которые мы относим к свойствам темперамента, говоря о физиологическом механизме темперамента, следует иметь в виду, что гормональная система, периферическая нервная система, ретикулярная формация – как и другие подкорковые центры, а также кора головного мозга – действуют как блок с относительно устойчивой структурой, причем индивиды различаются уровнем функционирования каждой из систем этого блока, а также общей характеристикой блока в целом (Я. Стреляу, 1982, с. 83–85).

Типология темперамента Д. Кагана (J. Kagan et al, 1964). Его типология базируется на выделении трех врожденных характеристик — боязливости, агрессивности и социабельности. *Боязливые* с младенчества видят опасность в ситуациях, с которыми им приходится сталкиваться. Взрослея, они становятся заторможен-

ными, отстраняющимися от других людьми, общение с которыми вызывает проблемы. *Агрессивные* стремятся преодолеть возникающие проблемы. Они склонны к возбуждению, обвинению других. *Социабельные* уравновешенны в общении, открыты миру, легко справляются со сложными ситуациями. Они обладают способностью адаптироваться как к неожиданностям, так и разочарованиям, не проявляя обиды или депрессии.

Воспитание, отмечает Д. Каган, может видоизменить в той или иной степени проявление этих врожденных характеристик.

Модель темперамента Р. Клонингера. Клонингер (R. Cloninger, 1987) выделяет в темпераменте три основных свойства, характеризующих различные типы поведения: «тяга к новому», «избегание опасности» и «зависимость от вознаграждения».

«Тяга к новому» выражается в сильном оживлении в ответ на новые стимулы, в склонности к исследовательской активности. Те, у кого это свойство выражено достаточно сильно, импульсивны, возбудимы, экстравагантны и непостоянны; напротив, субъекты, отличающиеся слабой его выраженностью, ригидны, скромны и постоянны. По своим проявлениям это свойство представляет аналог экстраверсии.

«Избегание опасности» проявляется в интенсивной реакции на негативные стимулы, выражающейся в избегании наказаний, новых стимулов и фрустрации без вознаграждения, подкрепления. Субъекты, у которых такое свойство выражено весьма сильно, склонны быть пессимистичными и волноваться в ожидании будущих событий, что приводит к пассивности, уклончивому поведению и быстрой утомляемости. Противоположная сторона данного свойства характеризует людей как бодрых, подвижных, полных оптимизма. Клонингер предполагает, что оно связано с нейротизмом.

«Зависимость от вознаграждения» выражается во времени поддержания или скорости угасания поведения, которое вызвано возможностью награды или наказания. Сильная проявленность данного свойства связана с чувствительностью, эмоциональностью, зависимостью и социабельностью человека, слабая — с прагматичностью, нечувствительностью, черствостью, хладнокровием.

Исходя из последних достижений генетики, связывающей различные проявления функций мозговых структур с нейротрансмиттерами (химическими соединениями, с помощью которых клетки нервной системы осуществляют передачу сигналов друг другу, а также на клетки, которые они иннервируют) и специфичностью рецепторов, взаимодействующих с ними, Р. Клонингер высказал предположение, что выделенные им различные свойства темперамента связаны с функционированием различных нейротрансмиттеров: «тяга к новому» — с дофаминэргической системой мозга, «избегание наказания» — с серотэнергической системой, а «зависимость от награды» — с норадреналином.

Идеи Клонингера экспериментально подтверждены в ряде исследований, однако во многих из них они не были доказаны.

* * *

Совершенно очевидно, что учение о типах людей вообще и темперамента в частности находится в серьезном кризисе. До сих пор существуют два подхода к пониманию типов темперамента. Согласно одному подходу (Б. М. Теплов) тип темперамента рассматривается как закономерная связь всех психических свойств,

образующих единый симптомокомплекс. Это аналитический путь изучения типов темперамента. Однако такой подход встречает непреодолимую пока трудность: неизвестны все свойства, входящие в такие симптомокомплексы.

Другая точка зрения (Г. Айзенк, [H. Eysenck, 1947]) основывается на том, что все свойства, входящие в темперамент, имеют непрерывный характер. Вследствие этого не существует строго определенной границы между количественными показателями свойств. Значит, их нет и между двумя людьми, место которых на континууме свойства рядом с какой-либо точкой. Следовательно, понятие типа чисто условно. В реальности таковых, по Г. Айзенку, не существует. Говорим же мы об *условных* типах, которые появляются потому, что в практических или теоретических целях мы условливаемся о некоем диапазоне психологических показателей, который будем считать типом для данной выборки испытуемых. При таком подходе характеристика последнего складывается из суммы количественных показателей по каждому свойству симптомокомплекса.

Наличие в крайне акцентированном виде типов темперамента вряд ли можно подвергнуть сомнению. Так, примером холериков могут служить А. В. Суворов и А. С. Пушкин, сангвиников — М. Ю. Лермонтов и Наполеон Бонапарт, меланхоликов — П. И. Чайковский и Н. В. Гоголь, флегматиков — М. И. Кутузов и И. А. Крылов. Про А. В. Суворова очевидцы говорили, что он не знал покоя и производил впечатление человека, снедаемого жаждой делать сразу сотню дел. Он не ходил, а бегал; не ездил, а скакал; не обходил стоящий на пути стул, а перепрыгивал через него. В противоположность Суворову поражал своим спокойствием баснописец И. А. Крылов. Рассказывали, что над диваном, на котором он проводил значительное время, висела тяжелая картина, которая была плохо укреплена и грозила вот-вот упасть. Когда знакомые, приходившие к Ивану Андреевичу, обращали его внимание на опасность, которой он подвергается, баснописец невозмутимо заверял их, что по его точным расчетам картина в случае падения не заденет его, поэтому он может спокойно продолжать лежать на диване. Различные проявления темперамента можно найти и в описаниях литературных героев. Обломов, например, своим поведением очень напоминает И. А. Крылова.

> Накопленные факты в учении о темпераменте указывают на стойкую привязанность тех или иных теорий к конечному числу типологических групп, равному четырем. Вряд ли это можно назвать случайным совпадением. Условие, что число типологических групп должно быть равно четырем, никоим образом не вытекает ни из одного подхода, приведенного выше (имеются в виду теории Гиппократа, Галена, Кречмера, Шелдона, Павлова и др. – *Е. И.*). Тогда, может быть, это просто дань древней теории, происхождение которой связывается с магическим пристрастием древних исследователей к числу, якобы обоснованному учением Эмпедокла о четырех стихиях. Но, как справедливо отмечает В. Д. Небылицын, «древность научной теории еще не говорит о ее правильности» (1986, с. 136). Как видно, вопрос о количестве типологических групп до настоящего времени не получил удовлетворительного ответа, хотя для построения научной теории темперамента он имеет принципиальное значение. Поэтому для однозначного решения вопроса о количестве типологических групп необходимо с позиций современного научного знания или найти достаточно убедительное доказательство известному числу типов, или доказать его несостоятельность (Б. И. Цуканов, 1988, с. 129).

Однако единой концепции темперамента и его типов (как и типов личности) ученым создать так и не удалось. В этом отношении показательной является таблица, составленная К. Конрадом, в которой приведены классификации конститу-

циональных типов, обнаруженные им у 31 автора. Совпадений в этих классификациях практически нет. А ведь когда говорят о темпераменте, к этим типам добавляют еще различные психологические характеристики. Следовательно, расхождения между авторами будут еще большими.

Классические характеристики типов нервной системы, данные И. П. Павловым, несоотносимы с теми свойствами и их взаимосвязями, которые были найдены в позднейших физиологических и психофизиологических исследованиях (К. К. Красуский, Б. М. Теплов. В. Д. Небылицын и др.), и в настоящее время уже недостаточно обоснованы на современном физиологическом уровне. Поэтому сопоставление биохимических свойств с классическими павловскими типами (как это делается, например, в исследованиях А. М. Монаенкова, 1970, или в книге Р. Е. Кавецкого с соавторами, 1961) представляется не вполне адекватным для решения нашей проблемы. Вместе с тем вновь предложенные характеристики типов (например, у В. М. Русалова, 1979) еще недостаточно подтверждены, и они не сопоставлялись с биохимическими свойствами. Поэтому единственное, что мы можем достаточно обоснованно установить, – это связь с биохимическими свойствами отдельных показателей и симптомокомплексов свойств нервной системы. Еще большие трудности возникают при характеристике биохимических типов (В. С. Мерлин, 1986, с. 53).

В какой-то степени оправдывается скепсис А. Бена (1866), который считал темпераменты «ненужной традицией старой и нелепой выдумки», а также А. Ф. Лазурского, писавшего, что учение о темпераментах уже отжило свой век.

3.6. Изменяются ли темпераментные особенности с возрастом?

Затруднения в разделении особенностей, связанных с возрастом и тепмераментом, привели некоторых авторов к мысли, что характеристика типа темперамента совпадает со спецификой поведения человека определенного возраста. Так, А. Фулье (1896) полагал, что сангвинический темперамент совпадает с характеристикой дошкольника, холерический – подростка, а флегматический – человека преклонного возраста. Получается, что тип темперамента как бы застревает на определенной стадии возрастного развития. Конечно, такой подход к возрастным изменениям в темпераменте не совсем адекватен реальности, хотя кто станет отрицать, что подростки очень часто (чаще, чем в другие возрастные перио́ды) демонстрируют поведение, близкое к холерическому. Очевидно, что гормональные сдвиги, происходящие при взрослении, изменяют тип поведения и свойства темперамента, но это случается на фоне существующих различий в типах людей одного и того же возраста. Таким образом, возрастные подвижки в типе поведения не отменяют индивидуальные различия поведения людей в каждом периоде их возраста.

Каган с коллегами выделяют подгруппы маленьких детей, которые, как предполагается, обладают темпераментом по типу либо заторможенности, либо незаторможенности. Для оценки стабильности и вариабельности тенденций темперамента эти дети обследуются на протяжении всего периода детства. Когда детям исполняется лишь 4 месяца, им предлагается ряд незнакомых визуальных и аудиальных стимулов. Детей разделяют на группы «высокореактивных» и «слабореактивных» в соответствии с двумя критериями: уровнем активности ручек и ножек и уровнем дистресса и плача при предъявлении стимулов. Эта категоризация основана на теоретических представлениях о физиологии торможения; в этих идеях центральное место отводится роли, которую играют в переработке информации о незнакомых событиях нервные контуры, связанные с миндалиной (Каган, 1998). В воз-

расте 14 месяцев за детьми наблюдают в ситуации столкновения с новыми стимулами (например, игрушкой-роботом). В возрасте 4,5 года регистрируют поведение в социальных условиях, включая взаимодействие с незнакомыми детьми и беседу с незнакомой женщиной. По профилю ребенка можно спрогнозировать его дальнейшее поведение. Дети, отнесенные к группе высокореактивных в возрасте 4 месяцев, в 14- и 21-месячном возрасте реагировали на новые стимулы более испуганно и были менее свободны и общительны с другими детьми и более настороженными со взрослым собеседником в возрасте 4,5 года (Каган, 1994, 1998). Обратите внимание на то, что профиль темперамента обладает временной стабильностью, однако в разном возрасте выражается по-разному; в 4,5 года ребенок не дрыгает ножками, как он делал это в младенчестве.

Один из моментов, связанных с результатами исследований Кагана, заключается в том, что контекст имеет значение. Нельзя просто включить в одну группу всех слезливых детей. Важен стимул, вызывающий плач. В 4-месячном возрасте одни дети плачут, слыша записанный на кассете голос, который не сопровождается привычной мимикой. Другие плачут при виде игрушки, а не тогда, когда им предъявляют несогласующиеся голос и лицо. В возрасте 2 лет эти две группы детей различаются в поведенческом плане. Аналогично дети, плачущие при физическом стеснении, отличаются от тех, кто реагирует плачем на слуховую стимуляцию.

...Прежде чем делать решительные выводы относительно категориальности свойств темперамента, необходимо получить дополнительные сведения, в том числе данные о других характеристиках, а не только о заторможенности – незаторможенности (*Капрара Дж., Сервон Д.* Психология личности. СПб.: Питер, 2003. С. 128–129).

Экспериментальные данные, свидетельствующие о возрастных изменениях типа темперамента, весьма скудные. Наибольший вклад в выяснение этого вопроса внес Каган с сотрудниками (Kagan, 1994, 1998), которые проводили лонгитюдные наблюдения за детьми, начиная с 4 месяцев их жизни и заканчивая 4,5 годами и выявили относительную устойчивость изучавшихся индивидуальных особенностей детей.

Н. С. Лейтесом (1966) и его сотрудником В. Э. Чудновским (1963) показано, что в зависимости от возраста изменяется характер связи между свойствами нервной системы и темперамента. Так, у взрослых сила нервной системы выступает характеристикой, независимой от уравновешенности нервных процессов, а у дошкольников с ней связана неуравновешенность. Однако эти данные не дают прямого ответа на вопрос, изменяется ли с возрастом тип темперамента, и если да, то каким образом.

Возрастные изменения сходства свойств темперамента у близнецов изучала Е. А. Силина (Е. А Силина, 1984; Е. А. Силина, В. Л. Катков, 1991). Было выявлено, что по ряду показателей (импульсивности, пластичности и экстраверсии) у 7–10-летних монозиготных близнецов (МЗ) внутрипарное сходство выражено меньше, чем у МЗ 5–7 лет, а по другим показателям внутрипарное сходство у МЗ увеличилось (эмоциональная возбудимость). У дизиготных близнецов с возрастом возросло внутрипарное сходство по импульсивности, пластичности и эмоциональной возбудимости, а по показателю экстраверсии снизилось. Таким образом, в отношении ряда свойств темперамента значимость генетического контроля с возрастом снижается.

3.7. Соотношение темперамента и характера

Наряду с понятием «темперамент» в психологии широко используется и понятие «характер» (от греч. *charakter* — «черта, признак, печать, чеканка»). Под послед-

ним подразумевают устойчивые индивидуальные особенности личности, складывающиеся и проявляющиеся в деятельности и общении, что обусловливает типичные для нее способы поведения. Среди множества черт характера одни ведущие, другие второстепенные, при этом они могут либо гармонировать (и тогда говорят о цельности характера), либо контрастировать с ведущими чертами (и тогда говорят о противоречивом характере).

Говоря о характере, обычно разумеют те свойства личности, которые накладывают определенный отпечаток на все ее проявления и выражают специфическое для нее отношение к миру и прежде всего к другим людям. именно в этом смысле мы обычно говорим, что у человека плохой характер или хороший, благородный и т. п. Мы говорим иногда в том же смысле, что такой-то человек бесхарактерный, желая этим сказать, что у него нет такого внутреннего стержня, который определял бы его поведение; его деяния не носят на себе печать их творца. Другими словами, бесхарактерный человек – это человек, лишенный внутренней определенности; каждый поступок, им совершаемый, зависит больше от внешних обстоятельств, чем от него самого. Человек с характером, напротив, выделяется прежде всего определенностью своего отношения к окружающему, выражающейся в определенности его действий и поступков; о человеке с характером мы знаем, что в таких-то обстоятельствах он так-то поступит. «Этот человек, – говорят часто, – должен был поступить именно так, он не мог поступить иначе – такой уж у него характер».

Черты характера – это те существенные свойства человека, из которых с определенной логикой и внутренней последовательностью вытекает одна линия поведения, одни поступки и которыми исключаются, как несовместимые с ними, им противоречащие другие (*Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии. СПб.: Питер, 1999. С. 620).

Среди черт характера наряду с правдивостью и лживостью, тактичностью и грубостью и другими приобретаемыми в процессе социализации человека чертами личности, называются и экстраверсия — интроверсия, считающиеся свойствами темперамента. Отсюда возникает вопрос: каково же соотношение между темпераментом и характером?

Три понятия: конституция, характер и темперамент – получили для нас в течение нашего исследования следующий смысл.

Под конституцией мы понимаем сумму всех индивидуальных свойств, которые покоятся на наследственности, т. е. заложены генотипически.

Только часть конституциональных факторов мы положили в основу наших исследований, а именно взаимоотношение между строением тела, предрасположением личности и психической и соматической заболеваемостью. Понятие о конституции является психофизическим, общебиологическим и относится как к телесному, так и к психическому. Понятие характер, напротив, чисто психологическое.

Под характером мы понимаем сумму всех возможных реакций человека в смысле проявления воли и аффекта, которые образовались в течение всей его жизни, следовательно, из наследственного предрасположения и всех экзогенных факторов: соматических влияний, психического воспитания, среды и переживаний.

Понятие «характер» выделяет из аффективной сферы целостно психическую личность, при этом, разумеется, интеллект остается неотделимым. Понятие «характер» имеет много общего с понятием «конституция», а именно унаследованную часть психических качеств оно абстрагирует от телесных коррелятов, которые заключаются в понятии конституции. Но, с другой стороны, в него входят как составная часть экзогенные факторы, особенно результаты воспитания и среды, чуждые понятию конституции. Помимо этого, тяжелые болезненные душевные состояния не относятся к характеру.

Кроме этого, точно отграниченного значения можно пользоваться понятием «характер» для построения личности, не придавая существенного значения различию между конституциональными и экзогенно развивающимися факторами.

> Понятие «темперамент» не является для нас строго установленным понятием, а лишь эвристическим термином, который должен стать отправным пунктом для главной дифференцировки биологической психологии.
>
> Темпераменты составляют ту часть психического, которая, вероятно, по гуморальному пути стоит в корреляции со строением тела. Будет правильно группировать понятие темперамента вокруг аффективности и общего психического темпа (Кречмер Э., 1995, с. 199–200).

Как отмечают А. Г. Ковалев и В. Н. Мясищев (1957), вопрос о соотношении темперамента и характера ставился многими психологами. Авторы выделили четыре группы мнений:

- отождествление темперамента и характера;
- противопоставление темпераменту характера, установление между ними антагонистических отношений;
- признание темперамента элементом характера;
- признание темперамента основной природой характера.

Выразителем первой точки зрения является Кречмер, который, выводя темперамент из особенностей телесной конституции, по существу, отождествляет его с характером личности. Эта точка зрения довольно распространена в западной психологии, где темперамент не выделяется как самостоятельное понятие, а выступает в качестве синонима понятий «личность» и « характер» (Р. Кеттелл с соавторами [R. Cattell, H. Eber, M. Tatsuoka, 1970]; Г. Айзенк, С. Айзенк [H. Eysenк, S. Eysenк, 1969]).

В отечественной психологии близкие взгляды разделял А. Ф. Лазурский (1923), который практически отождествлял темперамент и характер и относил их к эндопсихике, характеризующей врожденный запас физических и духовных сил. Он считал, что эндопроявления выражают внутренние, субъективные соотношения между психофизиологическими элементами данной личности, и в то же время они всегда связаны с индивидуальными особенностями центральной нервной системы.

Сторонники второй точки зрения отмечают, что темперамент представляет собой врожденную первичную реакцию личности, а характер — это проявление вторичной, приобретенной в опыте реакции (П. Викторов, 1887). Между первичной реакцией, образующей «первичную индивидуальность», и вторичной реакцией, или «вторичной индивидуальностью», возникает антагонизм. Вторая тормозит первую.

Этой же точки зрения придерживается Н. Д. Левитов (1969), который считает, что темперамент не входит в характер и последний находится в антагонистических отношениях с первым. По мнению автора, развитие личности свершается как преодоление темперамента характером, преобразование первого под влиянием второго. Личность как бы раздваивается, отдельные ее свойства противопоставляются друг другу. При этом характер может вступать в конфликт с темпераментом.

Д. В. Ермолович (1991) тоже не отождествляет темперамент и характер. Первый он связывает с сочетанием свойств темперамента, обеспечивающих гармоничность в развитии индивидуальности, а второй — с акцентуацией черт, о которой пишут К. Леонгард и А. Е. Личко.

Третья точка зрения обозначена И. П. Павловым.

Тип есть прирожденный конституциональный вид нервной деятельности животного — генотип. Но так как животное со дня рождения подвергается разнообразнейшим влияниям окружающей обстановки, на которые оно неизбежно должно отвечать определенными деятельностями, часто закрепляющимися наконец на всю жизнь, то окончательная наличная нервная деятельность животного есть сплав из черт типа и изменений, обусловленных внешней средой, фенотип, характер (1951б, с. 334).

У Кречмера нет различия между типом и характером, а это, конечно, грубая ошибка... Мы теперь уже стоим на том, что имеются врожденные качества человека, а с другой стороны – и привитые ему обстоятельством жизни. Если речь идет о врожденных качествах, то это тип нервной системы, а если идет дело о характере, то это будет смесь прирожденных особенностей, влечений с привитыми в течение жизни под влиянием жизненных впечатлений (И. П. Павлов, 1951, с. 540).

Сила нервной системы (темперамент) – прирожденное свойство, характер (форма поведения) – во многом состоит из индивидуально приобретенных привычек (И. П. Павлов, 1954, с. 618).

Наконец, сторонники четвертой точки зрения (Л. С Выготский, С. Л. Рубинштейн, Б. Г. Ананьев, В. М. Русалов и др.) рассматривают темперамент как врожденную основу характера, как динамичную сторону характера и личности. По Л. С Выготскому, например, темперамент есть наличная предпосылка, а характер — конечный результат воспитательного процесса. Ученые, придерживающиеся этой точки зрения, считают темперамент ядром характера, его неизменной частью, в отличие от самого характера, изменяющегося в течение жизни.

Сложность окончательного решения этого вопроса обусловлена отсутствием четкого понимания того, что же собой представляют и темперамент и характер, какие свойства относятся к тому и другому.

В. М. Русалов (1985) считает необходимым различать темперамент и характер, так как их формально-динамические характеристики имеют разные аспекты обобщения, а также разное соотношение с содержательными свойствами психики. Если обобщение происходит за счет общности всех структурных и функциональных биологических свойств (гуморальные, соматические и нервные подсистемы организма), мы имеем дело с темпераментом; если в основании лежат динамические и содержательные характеристики побуждений, мотивов, то такое психическое образование следует отнести к характеру.

Но разве характер — это только мотивационная сфера человека? Не случайно в более поздней работе (В. М. Русалов, 1986), в основном повторяющей предыдущую, автор хотя и подтверждает свою прежнюю позицию, однако более осторожно рассуждает о темпераменте и характере.

В характере обобщаются, естественно, не только содержательные, предметно-смысловые характеристики мотивационной сферы, но также и динамические особенности, включающие в качестве обязательных компонентов формально-динамические характеристики эмоциональности (с. 28).

В. М. Русалов (1985, 1986) предлагает ряд критериев для отнесения того или иного психологического свойства к темпераменту. Оно:

1) не зависит от содержания деятельности и поведения, т. е. отражает их формальный аспект (является независимым от смысла, цели, мотива);
2) характеризует меру энергетического (динамического) напряжения и отношения человека к миру, людям, себе, деятельности;

3) универсально и проявляется во всех сферах деятельности и жизнедеятельности;
4) рано проявляется в детстве;
5) устойчиво в течение длительного периода жизни человека;
6) значимо коррелирует со свойствами нервной системы и свойствами других биологических систем (гуморальной, телесной);
7) является наследуемым.

Последний признак вряд ли следует считать обоснованным. Скорее речь должна идти о врожденности свойства, а не наследуемости. Но даже и в этом случае остается неясным, как четвертый и седьмой признаки согласуются с утверждением В. М. Русалова, что «развитие темперамента происходит по двум основаниям: 1) вслед за биологическим возрастным развитием и 2) как результат сменяющих друг друга социально-организованных типов деятельности (игра, учеба, труд и т. д.), т. е. в процессе воспитания и тренировки» (1985, с. 31) Или с таким: «Существование в психике человека устойчивых обобщенных формально-динамических характеристик — например, темперамента, формирующегося в процессе деятельности под влиянием биологических факторов» (1986, с. 27). Следует ли из этого, что свойства, составляющие темперамент, должны иметь генетическое происхождение и проявляться в раннем детстве, а сам темперамент — нет? Но если это так, то чем отличается темперамент от общепринятого понимания характера как фенотипа? И как темперамент, базирующийся на биологических особенностях человека, может существовать в психике, а не быть характеристикой организма, включающего и психику? Кроме того, если свойства темперамента базовые для интеллекта и характера, почему попытки найти связи между первыми и вторыми представляются В. М. Русалову «совершенно беспочвенными»?

Скорее всего, характер — это фенотипическая характеристика человека, в которой сплавлены как врожденные, так и приобретенные особенности человека. Какие из них проявляются у данного человека в большей степени, сказать трудно.

Вспыльчивым можно быть и от холерического темперамента, и от невоспитанности, как и спокойным, сдержанным от флегматического темперамента и воспитанной выдержки. Нельзя не учитывать и того, что темперамент ребенка оказывает большое влияние на ту среду, в которой он живет (Я. Стреляу, 1982; Дж. Каган с соавторами [J. Kagan, D. Arcus, N. Snidman, 1993]). Ребенок способствует созданию вокруг себя определенной среды и провоцирует воздействие с ее стороны, что в свою очередь накладывает отпечаток на то, как он выражает свои эмоции и чувства. Поэтому спокойный, послушный ребенок испытывает на себе воздействие иной среды, нежели та, что окружает импульсивного, раздражительного, своенравного.

Те формы поведения, которые входят в совокупность свойств темперамента и проявляются уже в раннем онтогенезе, не могут быть безразличны для окружающих. Так, младенец, который много и сильно плачет, как правило, подвергается иным воздействиям взрослых, чем ребенок, спокойно лежащий и не «докучающий» окружающим; к ребенку, который на любую новую для него ситуацию реагирует сильным страхом и бегством, родители применяют (по крайней мере, должны применять) совсем иные воспитательные приемы, чем по отношению к ребенку, проявляющему в тех же ситуациях любопытство и желание ближе познакомиться с обстановкой. Поэтому свойства темперамента в целом, определяя способ воспитания и обращения с ребенком, опосредованно влияют на образо-

вание определенных познавательных и деятельностных структур или на формирование соответствующих мотивов поведения. Это влияние является косвенным, поскольку указанные структуры, образующие личность, непосредственно зависят от содержания и метода воспитания. В то же время свойства темперамента выступают как один из факторов, определяющих то или иное обращение с индивидом (Я. Стреляу, 1982, с. 124).

Есть, однако, черты характера, которые могут быть при любом типе темперамента. Это честность, доброта, вежливость или, наоборот, лживость, жадность, грубость. Правда, в зависимости от темперамента эти черты могут проявляться по-разному.

3.8. Типы личности

Во многих работах речь идет не о типах темперамента, а о типах личности. Правда, в психологии, особенно западной, различие между понятиями «темперамент» и «тип личности» оказалось настолько размытым, что порой трудно понять, почему, характеризуя типические особенности человека, в одном случае используется первый термин, а в другом — второй, хотя речь, по сути, идет об одном и том же. С другой стороны, психологу-практику приходится сталкиваться с человеческими типами, которые в реальности представляют сплав того и другого (типа темперамента и типа личности), и чтó здесь доминирует — сказать трудно. В связи с этим я не стал выделять в отдельную главу обзор работ, посвященных изучению типов личности.

Типы личности по Т. Лири

По мнению Т. Лири и его соавторов (1954), интерперсональное поведение человека можно классифицировать по 16 интерперсональным, расположенным по кругу переменным (см. рис. 3.3).

- *А — Доминантный*: владеет, господствует, приказывает (вызывает послушание), управляет, руководит.
- *В — Эгоцентрический*: хвастается; высокомерный, самодовольный, эксгибиционистский; действует уверенно, независимо.
- *С — Соперничающий*: эксплуатирует, отвергает, отказывает (вызывает недоверие), соперничает, пробивается.
- *D — Агрессивный*: обвиняющее, саркастическое, неласковое поведение (вызывает пассивную резистентность), решительное поведение.
- *E — Энергичный*: нападает, действует недружелюбно (вызывает недружелюбное поведение); открытое, прямое, критическое поведение.
- *F — Критический*: жалуется; озлобленное поведение (вызывает наказание); правомерно и справедливо бунтует; необычный.
- *G — Подозрительный*: недоверчивый, подозрительный, считает себя обойденным (вызывает недружелюбное поведение); обоснованная бдительность и скепсис.
- *H — Скромный*: осуждает сам себя; тревожное, виноватое поведение, не учитывающее свои интересы; в действиях застенчив, чувствителен, скромен.

- *I — Униженный*: без собственного мнения, подчиняется, слабовольное поведение (понуждает к управлению), слушается и честно выполняет свои обязанности.
- *J — Конформный*: конформный, уступчивый, слишком внимательный, действует слишком вежливо (требует совета и руководства); восхищается; считается с другими.
- *K — Гиперконформный*: примыкает к другим, умоляет помочь; зависимый, со всем соглашается (вызывает помощь), доверяет; просит помощи.
- *L — Кооперативный*: идет на компромиссы, всегда соглашается, слишком придерживается конвенций (вызывает нежность); сотрудничает, принимает участие, соглашается.
- *M — Гипераффилиативный*: требует дружеского поведения (вызывает любовь), милое, приятельское поведение.
- *N — Гиперпротективный*: мягкое, слишком эмоциональное поведение (вызывает положительное отношение), проявляет симпатии, поддержку, действует мягко.
- *O — Ответственный*: навязчиво перенимает ответственность (вызывает доверие); помогает, предлагает.
- *P — Автократический*: навязчиво ищет и требует уважения; педантичный; догматик (вызывает уважение), управляет, советует, учит.

Определено, что все 16 факторов относятся к факторам «доминантность — подчиненность» и «дружественность — враждебность». Их комбинация определяет место индивида на круге, разделенном на четыре части с помошью вертикальной (доминантность — подчиненность) и горизонтальной (дружественность — враждебность) осей.

Отдельные интерперсональные факторы описываются авторами в трех разных аспектах (см. рис. 3.3):

- внутренняя окружность — адаптивное поведение;
- средняя окружность — тип поведения, вызываемого у других людей;
- внешняя окружность — экстремальные тенденции.

На рис. 3.3 цифрами обозначено: 1 — Стремление руководить, направлять, вести; 2 — Самоуверенность, независимость; 3 — Стремление соревноваться, напористость; 4 — Агрессивность, решительность; 5 — Искренность, прямолинейность, критичность; 6 — Реалистичность, склонность оправдываться, возмущаться, действовать нешаблонно; 7 — Реалистичность, осторожность, скептицизм; 8 — Осторожность, чувствительность, скромность; 9 — Склонность выполнять чужие обязанности, повиноваться; 10 — Уважительность, склонность к восхищению, подчинению; 11 — Склонность спрашивать совета, предлагать помощь, доверчивость; 12 — Склонность соглашаться, сотрудничать, участвовать в общих делах; 13 — Стремление любить, дружелюбие; 14 — Стремление поддерживать, добросердечность, склонность проявлять симпатию; 15 — Стремление помочь, что-либо предложить, отдать; 16 — Стремление вести дело, советовать, учить; 17 — Стремление к доминированию, проявление черт хозяина, руководителя; 19 — Стремление эксплуатировать, отвергать, отказывать; 20 — Стремление наказать, покарать, обидеть, саркастичность; 21 — Стремление проявить недружеские дей-

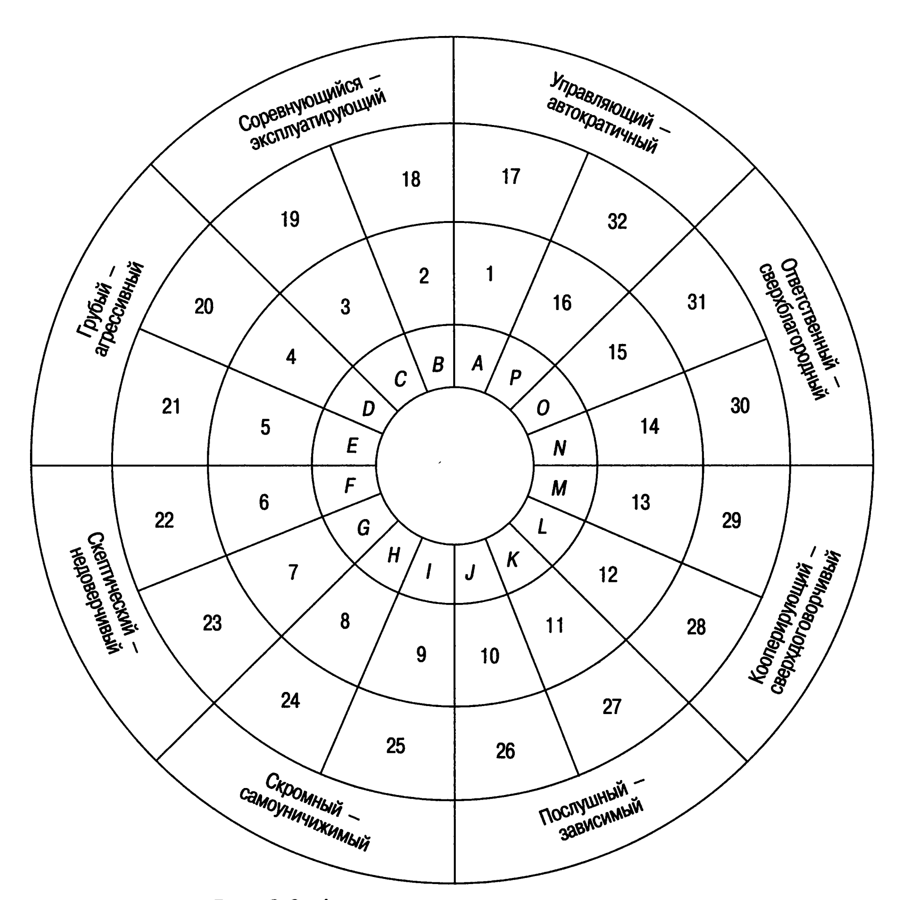


Рис. 3.3. Факторы интерперсонального поведения

ствия, агрессивность; 22 — Стремление оправдаться, проявив жестокость, недовольство; 23 — Стремление обидеть, действовать подозрительно, недоверчиво; 24 — Тревожность, самоуничижение, самоосуждение, чувство вины; 25 — Подчиненность, слабохарактерность; 26 — Послушность, подчиненность, сверхуважение; 27 — Верность, зависимость, потребность в помощи; 28 — Готовность идти на компромисс, соглашаться на любые условия; 29 — Потребность в дружественных проявлениях со стороны других, несдержанность в поступках; 30 — Жалостливость, отзывчивость, проявление безграничной любви; 31 — Безусловное принятие ответственности на себя, готовность действовать в экстремальных условиях; 32 — Стремление навязывать уважение к себе: педантизм, догматичность

Было выдвинуто предположение, что отношение между двумя переменными является нисходящей функцией расстояния между ними на окружности. Сумма баллов по отдельным факторам переводится в индекс, где доминируют факторы *AP* (вертикальная ось) и *IM* (горизонтальная ось). Расстояние от середины окружности до полученных показателей указывает на адаптивность или малоадаптивность интерперсонального поведения. Специальные формулы определяют показатели по этим двум основным осям:

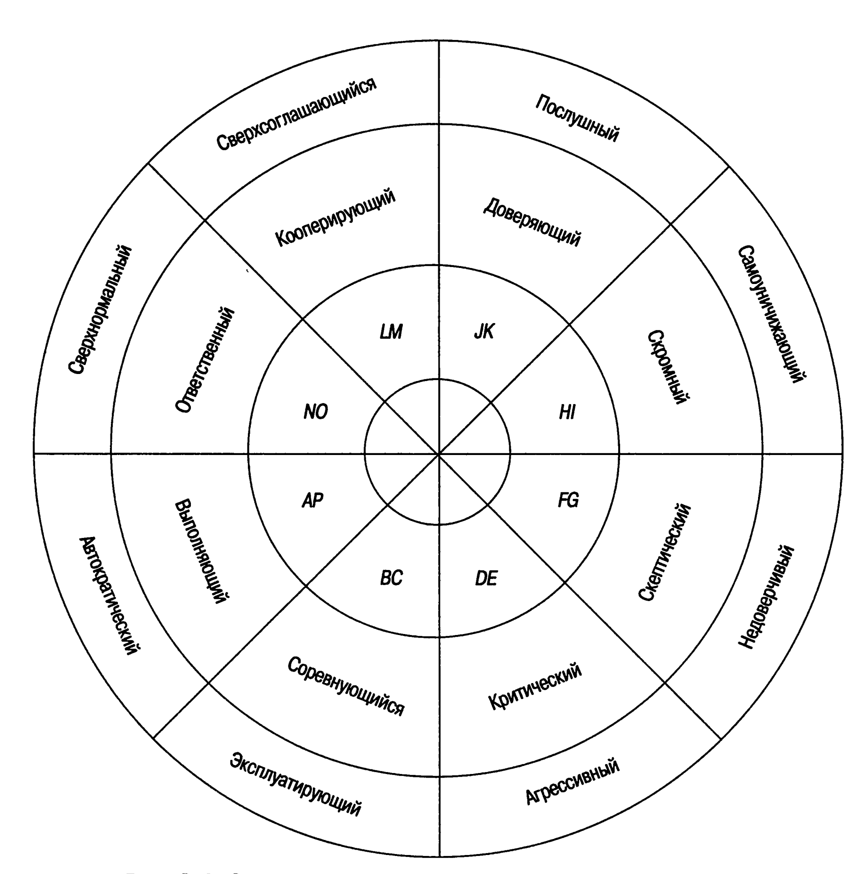


Рис. 3.4. Описательные категории интерперсонального поведения

Доминирование (вертикальный фактор) = $AP - HI + 0{,}7(BC + NO - JK - FG)$

Дружелюбие (горизонтальный фактор) = $LM - DE + 0{,}7(NO + JK - FG - BC)$

Когда интерперсональный репертуар личности был сведен к более широким описательным категориям, полученным благодаря комбинированию смежных признаков, оказались определены восемь типов людей (рис. 3.4). Это позволило авторам характеризовать поведение как с точки зрения интерперсональных проявлений, так и с точки зрения реакций, которые данный тип поведения вызывает.

Авторитарная личность — *AP*: факторы *A* (навязчивая доминантность) и *P* (общепризнанная успешность). Для нее типично проявление власти, силы и амбиции. В адаптивной форме это энергетическое компетентное поведение и авторитет, основанный на способностях человека; в экстремальной форме — автократическое, диктаторское и педантичное поведение, маниакальные проявления. Этот тип приводит к возникновению поведения *IJ* (буквы обозначают тип поведения, соответствующий сектору в круге).

Эгоцентрическая личность — *BC* (самодовлеющее самоутверждение): *B* — самоуверенная независимость; *C* — самоутверждение как соперничество. Выразительная ориентировка на самого себя, самолюбие, удовлетворенность собой, вера в себя. В адаптивной форме проявляется независимость и вера в свои силы; в экс-

тремальной — эгоистическое поведение, эгоцентризм, эксгибиционизм, возвышение себя над остальными. Вызывает поведение типа *GHIJ*.

Агрессивная личность — DE (агрессивность и враждебность): *D* — неласковая строгость; *E* — бесцеремонная критичность. Такая личность характеризуется враждебной агрессивностью, строгостью в межличностных отношениях. В адаптивной форме это могут быть приемлемые проявления жесткости, резкости, когда они соответствуют ситуации. Малоадаптивная форма представляет ригидно твердое, бесчувственное поведение без учета специфики ситуации, типичное по преимуществу для психопатов. Приводит к возникновению поведения *PGH*.

Недоверчивая личность — FG (недоверчивая невосприимчивость); *F* — щепетильная сомнительность; *G* — упрямая подозрительность. Люди этого типа отличаются подозрительностью к социальной среде и дистанцией по отношению к людям. В адаптивной форме — приемлемый критический подход к социальным взаимосвязям. Малоадаптивная форма означает подозрительное, критическое поведение, отказ от социальных норм, чувство разочарования, отчуждения. Понуждает поведение *BCD*.

Покорная личность — HI (субмиссивность): *H* — скромная робость; *I* — поддающаяся пассивность. Отличается скромностью, слабостью, даже самоунижением. В адаптивной форме проявляется скромность, робость, эмоциональная сдержанность, способность подчиняться; в малоадаптивной — пассивное самоунижение, слабость, гиперсубмиссивность; конкретная ситуация не учитывается. Вызывает поведение *BC* и *DE*.

Гиперконформная личность — JK (слабовольная зависимость): *J* — восхищенная благодарность; *K* — тревожное доверие. Характерные проявления зависимой конформности, мягкость, требование и ожидание помощи и советов. В адаптивной форме проявляется доверие и восхищение, адекватное данной ситуации; в малоадаптивной — полная зависимость, отсутствуют проявления независимости, враждебности и властности. Ведут себя боязливо и беспомощно. Отмечается поведение *AP* и *NO*.

Гипераффилиативная личность — LM (аффилиация): *L* — доверие в сотрудничестве; *M* — дружеская любовь. Для такого человека характерны дружеский стиль общения и примыкание к другим людям. Адаптивная форма: экстравертированное дружеское поведение, желание сотрудничать, склонность к конформизму, предпочтение хороших социальных отношений; малоадаптивная форма: стереотипно приятное, любовное поведение без учета определенной ситуации — стремление удовлетворить требования других, быть положительным и поддерживать положительные отношения. Вызывает поведение *MN*.

Гиперпротективная личность — NO (желание оказывать протекцию, покровительство): *N* — слишком большая деликатность; *O* — альтруистическая ответственность. Это разумные, успешные, деликатные, зрелые, самостоятельные и сильные люди. Адаптивная форма — ответственное, деликатное поведение; выбор дружеского способа общения, помощь другим, завязывание эмоциональных контактов. Это положительный социальный тип личности. Малоадаптивная форма — ригидное повторение типичных форм поведения без учета ситуации, слишком большая активность по отношению к другим, неадекватное стремление брать на себя ответственность за других. Вызывает поведение *KL*.

Типы темперамента по Д. Кейрси

Еще один подход к классификации типов личности — подход Д. Кейрси (1956). Правда, автор называет их темпераментами, отчего, вероятно, он дал выделенным четырем типам греческие имена: Эпиметей, Дионисий, Прометей и Аполлон.

Эпиметей. Люди этого типа имеют высокоразвитое чувство долга, хотят быть полезными другим, ответственны, предпочитают четкие правила, нормирующие взаимоотношения во всех социальных организациях, включая семью, поддерживают традиции, консервативны, не любят перемен. Реально оценивают ситуацию, могут объективно прогнозировать последствия многих событий. Ориентированы на социальный статус, авторитет и одобрение окружающих.

Дионисий. Представителей этого типа объединяет стремление к свободе, выражающееся в возможности следовать своим влечениям и желаниям. Ориентированы на процесс деятельности, а не на результат. Сама деятельность является для них высшей ценностью. Не ставят перед собой отдаленных целей. Оптимистичны, веселы, обладают чувством юмора. Реалистичны, склонны к риску, не интересуются философскими проблемами.

Прометей. Это люди науки. Их объединяет стремление понять законы природы, стремление к научному поиску. Они хотят не только уяснить, но и объяснять, предсказывать и контролировать явления действительности. Им свойственны постоянные сомнения в себе, склонность к самокритике, но они не допускают критики в свой адрес. В отношениях с другими людьми требовательны. Ждут от них постоянного повышения собственной компетентности. Прометеи живут работой, заняты разработкой идей, новаторы. Могут быть чувствительны к сложностям в межличностных отношениях.

Аполлон. Людей этого типа объединяет духовность, поиски смысла жизни, стремление к самовыражению и совершенству. В отношениях с людьми их отличает проницательность; они имеют склонность наблюдать за особенностями поведения людей, способствуют «реализации потенциала» других, стремятся к гармоничным отношениям с ними. Для них характерно полное погружение в деятельность, в работе они видят источник сознания собственной значимости.

Подробное описание этих типов можно найти в книге Б. В. Овчинникова с соавторами (1994).

Типы личности по Э. Фромму

Этот американский психолог считал, что раннее детство и взаимоотношения в семье выступают определяющими факторами в формировании личности. Поэтому выделенные им пять типов личности (потребительский, эксплуататорский, накопительский, рыночный и производительный) скорее отражают влияние социальных, а не врожденных факторов (E. Fromm, 1964).

Потребительский тип. Человек считает, что источник всех благ находится вовне, и настроен на то, чтобы пассивно воспринимать эти блага. Это «вечный сосунок» во всех видах его активности. Например, в любви он желает «быть любимым», но не «любить». Будучи предоставленным самому себе, хотя бы и временно, он теряется, становится как бы парализованным. Это тип «приживалы», который преданно относится к «руке дающей» и боится ее потерять. Типические его черты — пассивность, покорность и боязливость. Этот тип формируется в результате

того, что ребенок осознавал себя в детстве пассивным придатком к взаимоотношениям родителей.

Эксплуататорский тип. Тоже считает, что источник его благ находится вовне, но склонен не столько ждать, когда эти блага ему предоставят, сколько взять их силой. В сфере любви его больше привлекают люди «несвободные», потому что ему приятнее «отнять» их у кого-то. «Чужое» для него всегда привлекательнее, чем «ничье». Любит язвить в отношении других. Для него характерны агрессивность, эгоцентризм, высокомерие, завышенная самооценка и стремление совращать людей. Человек этого типа формируется в результате доминантного положения в семье, когда он оказывается «пупом земли».

Накопительский тип. Слабо верит в возможность получить новое из внешнего мира и считает, что его безопасность обеспечивается только накоплением и сохранением добытого. Склонен получать любовь, нежели дарить. Очень пунктуален, скуп, подозрителен, упрям, одержим, имеет недостаточное воображение. Такой тип представляет собой результат родительского отчуждения в условиях прохладной семейной атмосферы.

Рыночный тип. Воспринимает себя как товар, который имеет рыночную стоимость и должен подчиняться закону спроса и предложения. Поэтому даже свою внешность он формирует в соответствии со «спросом», подражая кинозвездам или знаменитым спортсменам. Приятелей подбирает тоже по их «рыночной» стоимости. Для него типичны оппортунизм, бесцельность, непостоянство, в том числе и в принципах, релятивизм и осознание собственной ненужности. Этот тип возникает в результате отчуждения родителей от ребенка, когда в семье царит холодная психологическая атмосфера.

Производительный тип. Это человек, который вобрал в себя все положительное. Он не стремится к господству над другими людьми, обладает мощным интеллектом, глубоко проникающим в сущность явлений, событий и предметов, видит и предвидит то, что другие не замечают и о чем не подозревают. Для него типичны скромность, адаптированность к среде, доверчивое отношение к другим людям, активность, гордость, уверенность в себе, практичность, терпеливость, преданность, открытость и т. д. В общем, это идеал человека, к которому следует стремиться всем людям. Этот тип рождается в здоровой, теплой, благоприятной семейной атмосфере, где ребенок научается ценить себя и других за то, что он и они есть, ощущает безопасность и внутренний мир с самим собой и с окружающими.

Типология личности Отто Ранка

Ученый считал, что базовый фактор в развитии личности — борьба двух противоположных стремлений: принадлежности к группе (он назвал это страхом жизни: страх остаться одиноким, боязнь своей индивидуальности, самостоятельности и независимости, ответственности за самого себя) и обособленности от группы (страх смерти: боязнь зависимости от других людей, слияния с толпой, потери индивидуальности).

В связи с этим О. Ранк выделяет три типа личности (см.: Maddi, 1976): «артист», «невротик», «средний человек».

Артист представляет собой идеально развитого человека. Страх жизни и страх смерти выражены у него минимально, он умеет поддерживать близкие, доверительные отношения с другими людьми, не боясь превратиться в их раба и пока-

заться «не таким, как надо». Оставаясь самим собой, он умеет поддерживать гармоничные отношения с другими людьми.

Невротик постоянно стремится обособиться от других, не может достичь конструктивного сотрудничества с окружающим миром. Это делает его чрезмерно критичным и даже враждебным по отношению к окружающим, негативистом, высокомерным изоляционистом, постоянно испытывающим чувство вины.

Средний человек — это стадный человек, который стремится к единению с другими людьми и противится обособлению от них. Из-за страха перед жизнью не может проявить свою индивидуальность. Он конформист, приспособленец, постоянно зависимый от окружающих, легковнушаемый и довольный сам собой.

Типы личности по А. Миллеру

А. Миллер (A. Miller, 1991) создал типологию на основе комбинации личностных черт. Он использовал три их измерения — когнитивные, аффективные и конативные (рис. 3.5).

Когнитивные черты — аналитичность — холистичность (в других концепциях это аналитичность — синтетичность), т. е. тенденция фокусироваться на целом или частях. Аффективное измерение представлено эмоциональной стабильностью — нестабильностью, которая определяется через интенсивность эмоциональных реакций. Полюс нестабильности занимают субъекты, которые на любые жизненные обстоятельства (значимые и незначимые) реагируют с одинаковой силой. Они легко приходят в состояние возбуждения, и их реакции в основном негативные. Конативное измерение связано с волевым поведением субъекта, с осознаваемыми моментами мотивации и имеет два полюса: объективированность — субъективированность. Субъективированная ориентация человека касается его поиска любви в отношениях, объекта проявления эмпатии, а объективированность — стремления к эмоциональному отстранению.

Комбинации этих трех характеристик образуют четыре типа, располагающихся так, как показано на рисунке: редукционист, схематизатор, гностик, романтик.

Редукционист (объективированно-аналитичный) — это экспериментирующий, пунктуальный, реалистичный, контролирующий, скептичный, пренебрегающий нормами, личностно отстраненный субъект.

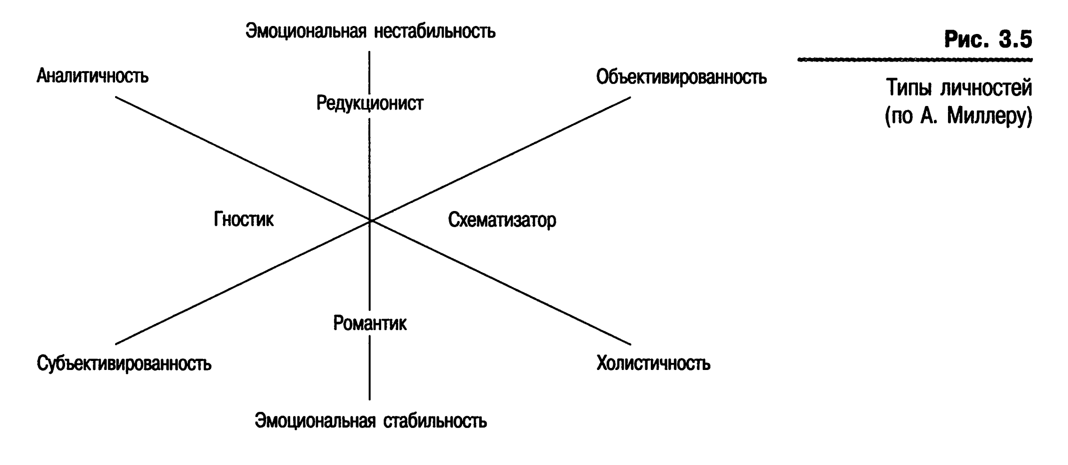


Рис. 3.5

Типы личностей (по А. Миллеру)

Схематизатор (объективированно-схолистичный) — теоретик, личностно отстраненный, рассуждающий, пренебрегающий нормами, живущий образами субъект.

Гностик (субъективированно-аналитичный) — личностно вовлеченный, артистичный, принимающий нормы, нерациональный субъект.

Романтик (субъективированно-холистичный) — личностно вовлеченный, образный, принимающий нормы субъект.

Типология личности по В. И. Зацепину

Наш бывший соотечественник, живущий ныне в Австралии, обобщив западные литературные данные, дает описание восьми базовых, с его точки зрения, типов личности: инфантильного; авторитарного; макиавеллического; накопительского; авантюристического; покладистого; альтруистического; творческого (Зацепин, 2002).

Инфантильный тип личности (*психопат*) характеризуется социальной недоразвитостью: бессовестностью и недостатком эмпатии. Люди этого типа тихие, вежливые, обходительные, даже обворожительные и в то же время предельно эгоцентричны и нарциссичны; чувство любви к другим людям у них отсутствует, они могут их ценить лишь как полезную вещь. Бедны эмоционально, не испытывают вины, ответственности, когда причиняют вред другим. Окружающий мир постоянно воспринимают как враждебный. Врут бессмысленно, беспрестанно и беззастенчиво, причем искренне возмущаются, что кто-либо больше не верит их «честному и благородному слову».

Авторитарный, или *подавляющий, тип личности* — это смягченный, более социализированный вариант психопатической личности. Для людей, относящихся к нему, характерны хроническая тревожность и страх быть покинутыми, оставленными на произвол судьбы в этом мире. Власть, высокое положение — это их оборонительное и наступательное оружие. Они с удовольствием придерживаются четкого порядка, подчиняются дисциплине, унификации образа жизни, принимают антидемократическую идеологию. Консервативны, догматичны, подозрительно относятся ко всяким новациям. Авторитарные люди не любят «не таких», поэтому всякие вольности в одежде, прическе они обычно пресекают. Не всегда приятная в качестве непосредственного начальника, авторитарная личность очень удобна в роли подчиненного, поскольку скрупулезно исполнительна, любит заведенный порядок. Не случайно в аппаратах крупных организаций оседают именно такие люди.

Макиавеллический, или *манипулятивный, тип личности* (название связано с характеристиками личности, описанными в книге флорентийского дипломата и писателя XVI в. Никколо Макиавелли «Государь», где он излагает свои принципы управления, манипулирования людьми) — это смягченный вариант авторитарного типа. Такие люди воспринимают окружающее как далеко не лучший из миров. По их мнению, человек по своей природе зол, люди живут в постоянной вражде друг с другом, и поэтому верить нельзя никому. В этих условиях моральные нормы непригодны. В войне для достижения цели хороши все средства: и дезинформация, и лесть, и обман, и интриги, и устрашения.

> Хорошо, когда тебя любят и в то же время побаиваются, но если этого достичь нельзя, то лучше уж пусть боятся, чем любят, потому что люди, презренные существа, легко разрывают любовные связи, если им это выгодно, в то время как страх наказания всегда удерживает их на привязи (*Макиавелли*).

Такая «идеология» приводит к манипулированию другими людьми. Выбор друзей, партнеров осуществляется по принципу «А что я буду с этого иметь?».

Манипулятивная личность может быть хорошим руководителем и администратором, так как умело защищает интересы своей группы во взаимоотношениях с другими коллективами, поскольку эти интересы стали ее личными, и свои собственные эмоции она может игнорировать столь же легко, как и чужие, оставляя в действии лишь «чистый разум», анализ, расчет.

Эта черта — стремление манипулировать другими людьми — формируется у человека задолго до наступления взрослости. Так, по данным Кристи и Гейтс (Christy, Geis, 1970), индивидуальные различия в макиавеллизме существуют уже в 10 лет.

Накопительский тип личности находит удовлетворение в собирании, накоплении каких-либо предметов. Это и плюшкины, и меценаты, создатели картинных галерей. Они, по замечанию Э. Фромма, индивидуалисты, склонные решать свои конфликты с другими людьми, избегая таких ситуаций. Попав в сферу науки, они становятся архивариусами — хранителями фактов, настолько поглощенными их накоплением, что на обработку, выводы и обобщение у них сил не остается.

Авантюристический тип личности стремится, по мнению М. Цукермана (Zuckerman, 1994), исследовавшего этип тип, к поиску разнообразных, новых и сложных ощущений и переживаний и соответствующих видов деятельности, которые обеспечивают подобные переживания и повышают уровень адреналина в крови. Эти люди склонны, подобно детям, мгновенно выражать свои положительные и отрицательные эмоции, нетерпимы к скуке, склонны к риску. При отсутствии разнообразия становятся раздражительными, капризными, взрывчатыми. Есть основания полагать, что данный тип личности генетически обусловлен.

Покладистый, уступчивый тип личности характеризуется «потребностью принадлежать», «потребностью привязанности». Главное устремление таких людей — иметь теплые, близкие отношения с другими, испытывать чувство симпатии и дружбы, восхищения окружающими, быть понимаемыми и принимаемыми ими, получать от них поддержку и одобрение. Это открытые, общительные, деликатные и дружелюбные люди, расположенные к сотрудничеству с теми, кто сплачивает и оживляет группы людей, к которым они принадлежат. В то же время они легко становятся жертвами манипулирования со стороны макиавеллистов.

Альтруистический тип личности — антипод психопатического. Он описан многими западными авторами, но наиболее полно — С. Бэтсоном (S. Batson, 1991). Доминирующая склонность таких людей — быть полезными для других, бескорыстно оказывать им помощь. Поэтому они постоянно, хотя и неосознанно, ищут ситуации, когда люди оказываются в трудном положении. Это эмпатичные люди.

Творческий тип личности — обслуживающие себя индивидуалисты, побочным продуктом деятельности которых является нечто полезное для общества. Люди этого типа самодостаточны, их главный интерес направлен на решение теоретических, научных или практических, технических проблем. Общение для них имеет главным образом инструментальное значение, будучи средством обсуждения проблем. Это любознательные, умные, трудолюбивые и организованные в своем деле люди, независимые, уверенные в собственных силах, честолюбивые и нередко упрямые (H. Lefcourt, 1982).

Даже беглый взгляд на этот далеко не полный перечень типологий личности позволяет заметить, что разные авторы, исходя из различных позиций и используя различные методики, в конечном счете обнаруживают весьма сходные феномены. В самом деле, «генитальный характер» Фрейда, «самореализовавшаяся личность» Маслоу, «производительный характер (или тип ориентации)» Фромма, Ранковский «артист» и «цельный гармонический характер» Норакидзе являются, по существу, описанием одного и того же типа личности. Сотни всевозможных тестов, личностных опросников, применяемых на протяжении последних пятидесяти лет, также частенько открывают, по существу, одни и те же личностные характеристики, так что вполне может оказаться, что под мощным и пестрым слоем терминологического разнообразия скрывается гораздо меньшее число существенных личностных характеристик, которые могут вполне быть охвачены единой общей типологией личности. Только для того, чтобы построить ее, прежде всего необходимо быть соответствующим образом настроенным.

Однако типологизация личности, кажется, стала уже скорее фактом истории человековедения, чем реальной проблемой современной психологической науки, господствующее положение в ней (во всяком случае, в англоязычных журналах) ныне занимает позиция, согласно которой типам личности ныне нет места в серьезной психологической науке, и личность вполне адекватно может быть описана в рамках «теории черт».

Дело в том, что тип понимается многими психологами по принципу «все или ничего», как это имеет место в астрологических типах: человек может быть или Девой, или Скорпионом, но он не может быть немножко Скорпионом и немножко Девой (Hampwson, 1988, p. 4). Поэтому они считают, что типов личности не существует в реальности, не должно их быть и в науке, и такие термины, как, например, «интроверт», должны восприниматься лишь как «удобный и иногда небрежный способ описания отдельных человеческих черт, качеств, которые могут в разной степени принадлежать всем людям». Не зря же, дескать, Юнг в конце концов был вынужден добавить еще и амбиверта к своим двум типам (Meehl, 1992, p. 117).

Именно исследованию различных психологических черт посвящено большинство журнальных статей, рассказывающих об эмпирических и лабораторных исследованиях личности. Объясняется это тем, что человеческие черты непосредственно проявляются в реакциях, поведении людей и потому вроде бы легко могут могут быть «измерены и взвешены». Следовательно, психология будет все больше приближаться к математике и таким образом становиться «настоящей» наукой.

Этот подход был внесен в американскую психологию выходцами из физики... В психологию они внесли количественные методы измерения личности, которые особенно пышно расцвели в США, на благодатной почве бихевиоризма и прагматизма и в отсутствии «хищников»-теоретиков (Р. Кеттелл тоже пришел в психологию из физики и принес с собой всевозможные «эрги» и т. п. для описания человеческих мотивов и стремлений).

Нельзя считать, что абсолютно все англоязычные психологи согласны с подобным подходом, чрезмерной «квантификацией» личности и существующим ныне положением дел в ее исследовании, стремлением создать иллюзию точности в общественных науках.

...Действительно, даже проявляя должную терпимость к мнениям своих американских коллег, трудно удержаться от мысли, что тенденцию отрицания типологизации и типов, даже подкрепленную астрологическими аналогиями, вряд ли можно назвать вполне оправданной и беспристрастной.

...Нельзя отрицать важность эмпирических, в том числе и лабораторных исследований... Тем не менее создается впечатление, что, если попытаться систематизировать все данные, полученные в неисчислимых эмпирических лабораторных исследованиях в рамках «теории черт» за последние пятьдесят лет, итогом была бы сентенция типа: «А люди-то все разные». Спорить с этим трудно, только ведь эта истина была наверняка известна уже двоюродным братьям наших прапраотцов: неандертальцам (*Зацепин В. И.* На пути к общей типологии личности. СПб., 2002. С. 18–21).

Концепция типов поведения А. В. Либина

С точки зрения этого ученого, типы личности — это устойчивая совокупность определенных личностных черт. В связи с этим, используя характеристики лично-

сти из нескольких известных методик, А. В. Либин (1993), обследовав около двух тысяч человек, путем факторного анализа выделил 8 типов (векторов) поведения.

Агостеники «обладают достаточной силой, чтобы вести других за собой». Отличаются решительностью манер, состязательностью; ориентированы на других, стремятся быть лидерами; склонны к профессиональному руководству или к педагогической деятельности.

Орстеники «склонны упорядочивать неопределенные ситуации». Не любят высокую интенсивность работы, которая вызывает у них раздражение. Инертны, поэтому не могут быстро включиться в процесс; вследствие этого им необходим длительный подготовительный период. Предпочитают виды деятельности, связанные с аналитической работой, в частности консультирование.

Тоностеники «склонны трансформировать в воображении негативные тенденции». Стремятся к овладению предметной сферой деятельности независимо от того, как складываются отношения с окружающими. Склонны овладевать художественно-графическими профессиями.

Эмфостеники «склонны проникаться переживаниями другого человека». Преобладает спонтанное выражение эмоций; отличаются устойчивостью переживаний; общительны, предпочитают профессии, связанные с возможностью широкого общения.

Констеники «обладают силой многое подвергать сомнению». Имеют выраженную эмоциональную нестабильность, испытывают затруднения при переработке большого объема поступающей информации. Компульсивность (противоречивость) поведения оказывается результатом выраженности разнонаправленных тенденций; склонны к выбору медицинских профессий.

Илостеники «обладают силой настаивать на своем». Стремятся к независимости в отношениях. Выражена эгоцентрическая направленность поведения, сопровождающаяся повышенным уровнем тревожности. Имеют пониженную адаптивность как следствие неадекватности оценки ситуации.

Инстеники — «характеризующиеся легкостью в пробуждении активности». Быстро реагируют в незнакомой обстановке; часто бросают начатое дело, не доводя его до конца; эффективнее работают при переключении с одного дела на другое.

Аргостеники — «обладающие достаточной силой выдерживать нагрузки». Эмоционально стабильны и хорошо владеют собой; считают себя ответственными за собственные успехи и неудачи; ориентированы на предметную деятельность и предпочитают индивидуальные формы организации работы; предпочитают технические профессии.

Часть вторая

Свойства нервной системы как природная основа индивидуальных различий

Традиционно, хотя и не совсем оправданно, о чем говорилось выше, основным предметом изучения в отечественной дифференциальной психофизиологии являются свойства нервной системы и связанные с ними особенности поведения, стили и эффективность деятельности. Именно павловский подход к изучению индивидуальных и типических особенностей человека отличает отечественную дифференциальную психофизиологию от дифференциальной психологии Запада, которая в основном занимается изучением различий в проявлении личностных свойств, отрывая их от физиологической основы. Конечно, такой путь тоже дает много ценных данных о психологической природе человека, однако важно знать не только степень выраженности той или иной личностной особенности, но и причину этого, в частности какова роль генетических и врожденных (т. е. биологических) факторов, с одной стороны, и социальных факторов (воспитания, развития) – с другой. Это особенно важно знать при прогнозировании способностей и возможностей человека на основе его природных задатков, к которым относятся и типологические особенности проявления свойств нервной системы.

Дело в том, что если социальные факторы (условия жизни, система образования, способы профессионального обучения и тренировки и т. д.) можно уравнять для разных людей, поместив их в одинаковые условия, уравнять людей по биологическим факторам (задаткам) нельзя. У каждого человека своя генетическая история, которая сказывается и на способностях, и на темпераменте, и на индивидуальной переносимости различных внешних и внутренних факторов, а в конечном итоге – на его возможностях осуществлять ту или иную деятельность.

Первые работы И. П. Павлова о свойствах нервной системы появились в 1920-х гг. Вплоть до 1950-х гг. эта проблема была прерогативой физиологов, изучавших высшую нервную деятельность (условные рефлексы) человека. Психологи стали заниматься ею на рубеже 1950–1960-х гг. благодаря усилиям Б. М. Теплова, а затем В. С. Мерлина и Б. Г. Ананьева, создавших свои школы дифференциальной психофизиологии. Последователи их взглядов (В. Д. Небылицын, Е. А. Климов, а позже В. М. Русалов, Э. А. Голубева, Б. А. Вяткин, И. М. Палей и др.) значительно продвинули изучение проблем дифференциальной психофизиологии, а полученные ими новые данные нашли отражение в опубликованных монографиях.

Созданное более полувека назад учение И. П. Павлова о типах высшей нервной деятельности нашло благодатную почву для своего развития в психологии, физиологии, медицине. Обогатившись новыми подходами и экспериментальными фактами, оно стало основой объективного изучения типических особенностей человека, определяемых психофизиологической структурой. Родившись в нашей стране, это направление, отражающее сплав физиологической и психологической науки, нашло признание и у ряда зарубежных ученых (Дж. Грей, Л. Мартон и Я. Урбан, Я. Стреляу и др.).

Однако, как и при развитии любой теории и научного направления, в ряде моментов указанное учение И. П. Павлова стало противоречить некоторым новым экспериментальным данным. В частности, созданная автором классификация типов темперамента на основе сочетания типологических особенностей проявления свойств нервной системы оказалась ограниченной и недостаточно обоснованной. Выделенные новые сочетания типологических особенностей не втискиваются в прокрустово ложе павловской классификации.

За последние десятилетия значительно продвинулись и наши представления о работе центральных мозговых структур. Поэтому многие положения, казавшиеся незыблемыми и позволявшие давать удовлетворительное объяснение наблюдаемым фактам, в настоящее время пересматриваются. В связи с этим возникает необходимость уточнить и ряд положений И. П. Павлова, в частности о роли тех или иных типологических особенностей проявления свойств нервной системы в поведении человека, в приспособлении к внешней среде.

ГЛАВА 4

Общие представления о свойствах нервной системы и типологических особенностях их проявления

4.1. Соотношение понятий «свойство нервной системы» и «типологические особенности проявления свойства нервной системы»

Понятие о свойствах нервной системы введено в физиологию И. П. Павловым. Следуя ему, Б. М. Теплов под свойствами нервной системы понимал ее природные, врожденные особенности, влияющие на формирование индивидуальных форм поведения (у животных) и некоторых индивидуальных различий способностей и характера (у человека). Свойства нервной системы — это физиологические свойства, часто называемые еще *нейродинамическими*.

> Определяя свойства нервной системы как врожденные, мы не утверждаем тем самым, что эти свойства всегда наследственные. Они могут формироваться в период внутриутробного развития, а также и в первые годы жизни, поскольку формирование центральной нервной системы ребенка продолжается ряд лет после его рождения. Впрочем, следует сказать, что о происхождении свойств нервной системы человека мы не имеем еще научно обоснованных знаний (Б. М. Теплов, 1963а, с. 3).

Если придерживаться строго физиологической терминологии, такое понимание свойства неточно. В физиологии есть понятие «свойства нервных центров», к которым относят одностороннее проведение возбуждения, замедленное (по сравнению с нервом) проведение возбуждения, способность к суммации возбуждения, усвоению и трансформации ритма приходящих импульсов, наличие следовых процессов, иррадиацию и концентрацию возбуждения, фоновую и вызванную активность. Эти свойства присущи нервным центрам каждого человека, и потому сами по себе они не могут обусловливать различия в способностях и характере людей.

Следовательно, если речь идет об *особенностях* нервной системы, то надо говорить не просто о свойствах нервной системы, а о степени их выраженности, особенностях протекания нервных процессов, которые у разных людей могут быть (и бывают) неодинаковыми и поэтому в различной степени влияют на особенности поведения и деятельности. Но степень выраженности свойства нервной сис-

темы связана с другим понятием — «типологическими особенностями проявления свойств нервной системы». Следовательно, говоря о свойствах нервной системы и их влиянии на психофизиологические — психологические феномены, авторы имеют в виду все-таки типологические особенности.

Подмена одного понятия (свойства нервной системы) другим (типологические особенности проявления свойств) вносит определенную путаницу в понимание существа изучаемых явлений, особенно у неспециалистов в области психофизиологии. Например, если у человека не найдена сильная нервная система (т. е. типологическая особенность), пишут об отсутствии у него свойства силы. Или в других случаях указывают на свойство силы нервной системы (что считается общепринятым и еще не говорит о том, какова же степень проявления данного свойства у человека — сила ли это или слабость) и на «свойство слабости нервной системы», что относится уже к степени проявления свойства силы, и поэтому такое словосочетание некорректно (так как нет *свойства* слабости).

Но даже уточнение используемых понятий не уводит от выяснения вопроса: свойства чего изучает дифференциальная психофизиология. Изучает ли она особенности проявления свойств нервных центров, о которых шла речь выше, или что-то другое? Позволяют ли используемые в дифференциальной психофизиологии методы и методики докапываться до нервных процессов и особенностей их протекания? Например, В. С. Мерлин писал, что так называемое свойство нервной системы представляет собой лишь *истолкование* той общей причины, от которой зависит группа взаимно связанных индивидуальных особенностей «условно-рефлекторной деятельности».

Таким образом, если для И. П. Павлова и Б. М. Теплова свойства нервной системы — реальность, то для В. С. Мерлина (1973) это лишь субъективный продукт нашего мышления, наша выдумка, иными словами — условность.

Это представление возникло у В. С. Мерлина не случайно. Большинство методик, которые используются для выявления типологических особенностей проявления свойств нервной системы (исключая электроэнцефалографические), позволяют судить о свойствах только *косвенно,* по различным фиксируемым экспериментатором показателям, отражающим не сами нервные свойства и нервные процессы, а их влияние на действия, реакции человека. Таким образом, методики позволяют устанавливать лишь *проявление* выраженных в разной степени свойств нервной системы. Отсюда методы изучения последних — это способы рассмотрения «черного ящика», в качестве которого выступает центральная нервная система.

Невозможность непосредственно измерить то или иное свойство или нервный процесс оставляет только один путь — интерпретации получаемых данных, их истолкования на основе современного уровня наших знаний о физиологических процессах, закономерностях, нервных структурах. Отсюда все «белые пятна», имеющиеся в общей физиологии нервной системы, все неясности и споры находят отражение и в дифференциальной психофизиологии при толковании получаемых данных.

Взять хотя бы самый «простой», но фундаментальный вопрос для физиологии нервной системы — о наличии нервных процессов: возбуждения и торможения.

В свое время И. П. Павлов рассматривал условные рефлексы как отражение только одного процесса — либо возбуждения (положительные условные

рефлексы), либо торможения (отрицательные условные рефлексы): дифференцировочные, запаздывающие, угасательные и т. п. Но, как справедливо отмечает В. С. Мерлин, «в различных частях и элементах нервной системы в одно и то же время могут происходить различные процессы — в одних участках возбуждение, а в других торможение. Для характеристики свойства нервной системы важно не то, что происходит в отдельных ее участках и элементах, а то, что характеризует функциональное состояние нервной системы в целом» (1973, с. 21). Истинно здесь то, что показатели, фиксируемые при выполнении испытуемыми тестовых заданий для диагностики типологических особенностей, отражают всю мозаику сложных и противоречивых процессов в центральной нервной системе, а не отдельно процесс возбуждения или торможения. В лучшем случае мы можем судить о преобладании в регуляции одного из этих процессов, т. е. фиксируем соотношение между ними.

Однако и при таком понимании сложности с интерпретацией получаемых данных не заканчиваются. Еще со времен Н. Е. Введенского существует точка зрения, что процесса торможения как такового нет и его заменяет процесс возбуждения, принимающий характер застойного на определенном участке нервной системы. Этот очаг (стойкий, не распространяющийся в отличие от обычного процесса возбуждения) трансформирует частотную характеристику волнового возбуждения, проходящего по этому участку, уменьшая частоту импульсации. А поскольку сила раздражения кодируется через частоту возникающих импульсов возбуждения, уменьшается интенсивность приходящего к эффектору сигнала, и реакция ослабляется либо по интенсивности, либо по быстроте (рис. 4.1).

В конце концов, дело может кончиться полной блокадой волн возбуждения этим стационарным очагом возбуждения. Возникает торможение функции, отражающее пессимальное торможение в центральной нервной системе.

Эти представления Н. Е. Введенского нашли подтверждение в исследовании К. С. Абуладзе (*Абуладзе К. С.* Латентное возбуждение. Л.: Наука, 1971. С. 98).

При снижении или исчезновении условного рефлекса нет нигде коркового торможения, а происходит уменьшение положительного рефлекса от действия возникшего латентного (застойного по Н. Е. Введенскому. — *Е. И.*) возбуждения, которое концентрирует в своем очаге возбуждение от положительного раздражения (т. е. пускового. — *Е. И.*) и этим частично или полностью лишает рабочий орган возбуждения.

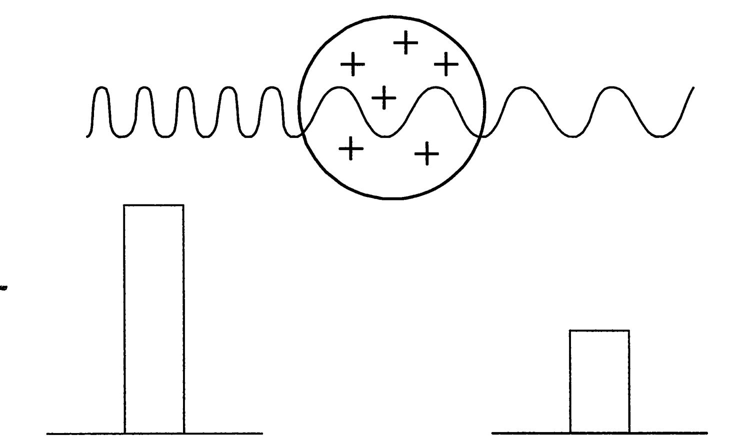


Рис. 4.1

Схема трансформации частоты нервных импульсов при прохождении их через очаг стационарного возбуждения (по Н. Е. Введенскому)

Следует вспомнить и точку зрения П. К. Анохина (1968), который считал, что в центральной нервной системе есть только один процесс — возбуждение, который включает в работу как возбудительные, так и тормозные системы.

По центральной нервной системе всегда и при всех условиях распространяется только возбуждение. Различие (возникновение возбудительного или тормозного эффекта. — *Е. И.*) определяется структурной и химической композицией конечной инстанции — синаптической мембраны (с. 323).

В связи со сказанным, вероятно, некорректно говорить о балансе между возбуждением и торможением, а следовало бы рассуждать о соотношении возбудительных и тормозных реакций. До сих пор, однако, пользуются устоявшейся павловской терминологией и не потому, что не понимают сложности вопроса: эта терминология удобна в практическом отношении (хотя бы ради сокращения времени на изложение мыслей). Кроме того, отказ от нее станет возможным, когда новая терминология сможет реально отразить сущность изучаемых нами явлений (иначе есть опасность замены одной гипотетической терминологии другой — подобной же).

Какие же из перечисленных свойств нервной системы изучаются в настоящее время?

Если исходить из существа изучаемых явлений, а не из названия свойств нервной системы, то можно выделить такие свойства, как усвоение ритма приходящих к тканям импульсов (лабильность), наличие следовых процессов (подвижность — инертность), фоновая активность (активированность, сила — слабость). Делались попытки изучить и другие особенности работы нервной системы, получившие название «свойство динамичности» (В. Д. Небылицын, 1966) и «свойство концентрации возбуждения» (М. Н. Борисова, 1959), однако в дальнейшем эти попытки прекратились, очевидно, потому, что не было убежденности в действительном существовании таких особенностей.

4.2. Характеристики типологических особенностей проявления свойств нервной системы

Характеризуя типологические особенности проявления свойств нервной системы, можно отметить следующее.

1. Типологические особенности не только разделяют субъектов по особенностям реагирования, но и объединяют их в определенные группы по сходству такового. Соответственно *на фоне внутригруппового сходства они обозначают межгрупповые различия.*

2. *Проявления типологических особенностей относительно устойчивы в состоянии покоя.* Это значит, что при отсутствии возмущающих воздействий (эмоциональных состояний, утомления, заторможенности) проявление данной типологической особенности при ее многократном тестировании должно быть однотипным, т. е. человек в большинстве случаев должен попадать в одну и ту же типологическую группу.

Однако это не означает, что степень проявления свойства нервной системы не может колебаться в определенном диапазоне. Как и всякий физиологический показатель, она подвержена этому из-за изменения текущих состояний человека. Данное обстоятельство необходимо принимать во внимание каждому, кто изучает

типологические особенности. Иначе, если разделять положение о константности (стабильности) типологических особенностей как догму, придется сделать вывод, что изучаются ситуативные состояния, а не свойства нервной системы. Между тем, как отмечается в работе М. Н. Борисовой, Л. Б. Ермолаевой-Томиной и И. В. Равич-Щербо (1969), надежность критериев диагностики типологических особенностей «не предполагает полной тождественности результатов, получаемых у одного испытуемого в разных опытах. Всякая физиологическая функция подвержена колебаниям. Но мера этих колебаний может быть различна. Типологические показатели, как это вытекает из самого их определения, должны быть связаны с достаточно устойчивыми функциями, иначе они теряют всякий диагностический смысл».

Авторы далее пишут:

> В исследованиях человека мы не можем обеспечить «прочих равных условий» в такой мере, как это возможно в работе с животными... Однако мы исходим из того, что при статистическом подходе типологический фактор перекрывает действие изменчивых психических состояний. Разумеется, какое-то влияние этих состояний он на себе испытывает — это последнее и есть причина вариативности показателей. Но вариативность типологического показателя должна укладываться в границах надежности (с. 239).

Представление о стабильности СНС направляло долгие годы исследования по пути поиска методов, которые выявляли бы эти, якобы неизменные, характеристики нервной системы. В результате однократный опыт был возведен в ранг методологического принципа, а динамические исследования СНС на протяжении различных периодов жизни человека не проводились. Первые же исследования динамики СНС показали, что в повторных опытах происходит закономерное изменение индикаторов СНС (Н. М. Пейсахов). Они изменяются и в ходе онтогенетического развития (Н. Г. Зырянова). Так возникает еще одно противоречие, которое состоит в том, что акцентировалось изучение стабильных характеристик, в то время как нервная система человека является прежде всего динамической, изменяющей свои характеристики во времени (Н. М. Пейсахов, 1975, с. 124).

Следует, правда, обратить внимание на два фактора, мешающих проявлению стабильности типологических особенностей: овариально-менструальные циклы у женщин (В. А. Наумова, 1976) и период полового созревания — у детей (об этом речь пойдет ниже).

3. Постоянство проявления типологических особенностей свойств нервной системы обусловлено тем, что эти особенности *генетически обусловлены, заданы от рождения*. Поэтому целенаправленно их изменить чрезвычайно трудно. Для этого требуется многолетняя тренировка в каком-либо виде деятельности, «требующая» слабости или инертности нервной системы, или, наоборот, подвижности нервных процессов.

О том, что типологические особенности проявления свойств нервной системы врожденные, говорилось давно (И. П. Павлов, Б. М. Теплов). Однако доказательства этому были получены лишь много лет спустя благодаря близнецовому методу. Исходя из генотипического сходства однояйцовых близнецов, следует ожидать совпадения у них и многих морфологических и физиологических признаков. Действительно, когда была сопоставлена величина сходства проявления свойств нервной системы у монозиготных (однояйцовых) и дизиготных (двуяйцовых) пар с помощью метода корреляционного анализа, то обнаружилось, что по многим свойствам более тесные связи у первых, чем у вторых (И. В. Равич-Щербо,

1988). Следовательно, по данным признакам члены монозиготных пар более схожи между собой, а в некоторых случаях, когда абсолютная величина коэффициентов корреляции достигает уровня 0,900 и выше, имеют практически одинаковые типологические особенности. Поэтому И. В. Равич-Щербо сделала вывод, что в проявлении свойств нервной системы генотипические факторы играют несомненную роль. Относительно силы нервной системы к аналогичному выводу пришли Н. Ф. Шляхта и А. И. Крупнов (1982), а относительно силы и лабильности — Т. А. Пантелеева (1975).

В то же время вопрос о влиянии условий жизни и воспитания, спортивной тренировки на проявление свойств нервной системы остается открытым. По крайней мере, до сих пор нет прямых доказательств того, что под влиянием целенаправленного упражнения какое-то из свойств нервной системы стало проявляться не типичным для данного человека образом. Имеются лишь косвенные данные, например изменение у учащихся хореографического училища после нескольких лет занятий хореографией подвижности нервных процессов и силы по возбуждению в сторону инертности и слабости (Н. Е. Высотская, 1976). Сдвиг типологии предполагается на том основании, что в старших классах лиц с инертностью и слабостью нервной системы в хореографическом училище было больше, чем в обычной общеобразовательной школе, в то время как в младших классах таких различий не наблюдалось. Поскольку отсев в хореографическом училище ничтожен, полученные различия можно рассматривать как влияние упражнения, приспособление к однообразию.

4. *Типологические особенности влияют на различные сферы личности*, обусловливая особенности поведения, действий, деятельности, общения, вызывая различные склонности и влияя на выраженность способностей. Многогранность влияния типологических особенностей (полифункциональность) является их характерным признаком.

5. *Мера проявления типологических особенностей всегда абсолютна (т. е. выражается в каких-то единицах), а критерии отнесения человека к той или иной типологической группе условны.*

У этого обстоятельства есть два последствия: положительное и отрицательное. Первое заключается в том, что критерии деления на «сильных» и «слабых», «подвижных» и «инертных» вторичны, поскольку выводятся путем различных вычислений из данных, первично регистрируемых с помощью аппаратуры; соответственно испытуемому, даже если он знает эти критерии, довольно трудно «придумать» себе такую типологию, которая ему нравится. Отрицательное же следствие — то, что условность меры типологических особенностей устанавливается авторами различных методик, и это затрудняет стандартизацию критериев, по которым субъекты должны быть отнесены к той или иной типологической группе. В различных методиках критерии имеют различную степень «жесткости», в результате чего, например, один и тот же человек при обследовании его разными методиками может попасть в различные типологические группы (например, в одном случае — в группу с сильной нервной системой, а в другом — со слабой нервной системой). Это приводит к тому, что у авторов, пользующихся различными методиками определения типологических особенностей, могут в итоге быть собранными расходящиеся данные о представительстве лиц с той или иной типологией в разных

профессиональных или возрастно-половых группах. Естественно, получая неодинаковые данные, авторы сделают и разные выводы и практические рекомендации.

Попытки (Н. М. Пейсахов, 1974) обойти эти трудности с помощью статистической обработки полученных данных и отнесения обследованных, показатели которых выходят за сигмальное отклонение, к крайним типологическим группам («сильные — слабые», «подвижные — инертные» и т. д.) методологически неправильны, так как легко можно представить себе такие выборки, где все обследованные по абсолютному (качественному) критерию будут иметь слабую нервную систему или подвижность нервных процессов, но при использовании сигмального отклонения в этой выборке появятся лица не только со средней выраженностью свойства нервной системы, но и с большой выраженностью (т. е. «сильные» и «подвижные»). Возможен и обратный вариант, когда действительно «подвижные» превратятся в 25% случаев в инертных, а в действительности «сильные» в 25% случаев будут признаны «слабыми».

Наиболее реальный путь сопоставления результатов диагностики разными методическими приемами — проведение ранговой или линейной корреляции.

4.3. Структура и классификация свойств нервной системы

Первичные и вторичные свойства. И. П. Павлов, выделив три свойства нервной системы — силу, подвижность и уравновешенность, считал их рядоположными, не разделяя на первичные и вторичные. Правда, в работах 1930-х гг. он говорил уже не просто об уравновешенности возбуждения и торможения, а об их уравновешенности по силе нервной системы, что привело к необходимости считать исходными, первичными силу нервной системы по возбуждению и силу нервной системы по торможению, а баланс между ними расценивать как вторичное свойство, производное от соотношения первичных.

Следующим шагом стало постулирование В. К. Красуским (1963) баланса по подвижности возбуждения и подвижности торможения. В то же время от баланса по силе он отказался, не найдя надежного способа выявления силы тормозного процесса.

Наиболее полную и гипотетически стройную структуру свойств нервной системы предложил В. Д. Небылицын (1966). Он исходил из того, что существуют четыре первичных свойства нервной системы — сила, подвижность, динамичность и лабильность, которые характеризуют как возбуждение, так и торможение. Соотношение между нервными процессами по этим свойствам дает возможность говорить о четырех вторичных свойствах:

- балансу по силе,
- балансу по подвижности,
- балансу по динамичности,
- балансу по лабильности.

Таким образом, по В. Д. Небылицыну, существует 8 первичных свойств нервной системы (учитывая, что каждое относится и к возбуждению, и к торможению) и 4 вторичных — всего 12 свойств.

Однако применение этой логически завершенной классификации свойств нервной системы на практике встречает серьезные трудности, обусловленные рядом причин.

Первая состоит в том, что до сих пор вопрос о наличии силы нервной системы по торможению остается нерешенным. Предпринимаемые некоторыми исследователями попытки выявить его с помощью опросников не могут считаться удачными.

Все большее количество исследователей в области дифференциальной психофизиологии приходят к убеждению, что первоначальные принципы изучения свойств нервной системы (СНС) пришли в противоречие с современными представлениями о строении и функциях мозга. Вопрос этот в связи с теорией темперамента затронул В. С. Мерлин, который назвал сложившееся положение кризисным. Рассмотрим некоторые, на наш взгляд, наиболее острые противоречия в дифференциальной психофизиологии, выступающие как проблемы, требующие дальнейшего изучения.

1. Фундаментальным для психофизиологии является представление о возбуждении и торможении как о двух противоположных процессах. Однако Н. Е. Введенский, рассматривая торможение как активный процесс и как следствие застоявшегося возбуждения, считал, что между ними возможны взаимные переходы. По мнению П. К. Анохина, торможение – результат встречи двух биологически неравноценных возбуждений.

В связи с этим можно предложить ряд конкретных вопросов, подлежащих изучению:

<...>

в) Соответствует ли реальному положению вещей структура СНС, основанная на предположении о самостоятельности возбуждения и торможения? Если это не так, то как тогда быть с уравновешенностью нервных процессов, которая в таком случае становится просто лишней? ...Простая и поэтому заманчивая идея о трехчленной структуре СНС вступает в противоречие с новейшими данными о «внутреннем торможении», а с другой стороны, плохо согласуется с представлениями о мозге как чрезвычайно сложной и многоуровневой системе, в которой отдельные функциональные блоки находятся во взаимной связи и подчинены целому. Как же в этом случае быть с ортогональностью и рядоположностью СНС? (Н. М. Пейсахов, 1975, с. 123).

Вторая причина состоит в том, что лабильность как физиологическое свойство не может рассматриваться применительно к каждому процессу — возбуждению или торможению — отдельно, она есть *сочетание* быстроты протекания того и другого. Ведь мерилом лабильности выступает частота возникновения реакций в мышце или нерве, или в нейроне в единицу времени, а эта частота зависит не только от того, насколько быстро возникает и исчезает возбудительный процесс, но и как быстро возникает и исчезает и тормозной процесс, потому что они мешают появлению друг друга. Следовательно, говорить о лабильности торможения и лабильности возбуждения вряд ли возможно. Таким образом, обнаруживается вторая брешь в построениях В. Д. Небылицына.

Третья причина заключается в том, что вопрос о наличии свойства динамичности тоже дискуссионен, хотя в одной из работ, посвященных памяти В. Д. Небылицына, утверждается, что ему «удалось доказать самостоятельность значения такого свойства нервной системы, которое проявляется в скорости и легкости генерации нервной системой процессов возбуждения и торможения, в частности, при формировании временных связей» (Проблемы дифференциальной психологии. Вып. 8. С. 2). Дабы сомнения в наличии этого свойства нервной системы были обоснованы, приведу краткую историю вопроса.

В лаборатории И. П. Павлова быстрота образования условных рефлексов рассматривалась как признак сильной нервной системы (И. А. Подкопаев, 1952; Б. Х. Гуревич и М. С. Колесников, 1955, и др.). В. Д. Небылицын, проанализировав соответствующую научную литературу и собственные данные, пришел к выводу, что неправомерно связывать силу нервной системы с быстротой образования условных рефлексов, так как имелись работы, согласно которым рефлексы быстрее формировались у собак со слабой нервной системой или же вообще связь со свойством силы не обнаруживалась.

При выработке «фотохимического условного рефлекса» у людей (методика, которая первоначально использовалась в лаборатории Б. М. Теплова в соответствии с классическими канонами школы И. П. Павлова, но затем уступившая место более кратким и экономным с точки зрения затрат времени методикам) В. Д. Небылицын также обнаружил, что эти рефлексы быстрее образовывались у лиц со слабой нервной системой. При выработке условного кожно-гальванического рефлекса аналогичные данные получила Л. Б. Ермолаева-Томина (1963).

Первоначально В. Д. Небылицын понимал сущность свойства нервной системы, связанного с быстротой образования условных реакций, очень широко: как «способность к формированию реакций, адекватных условиям опыта, — и при этом, вероятно, не только элементарных рефлексов, но и более сложных систем связей, т. е. способность к “научению” в широком смысле этого слова» (В. Д. Небылицын, 1976, с. 119). С другой стороны, он расширил сферу проявления этого свойства, названного им динамичностью, и на более элементарные нервные процессы, в частности — на легкость генерации (возникновения) возбуждения и торможения.

Таким образом, судя по высказываниям В. Д. Небылицына, он связывал с динамичностью быстроту научения, быстроту формирования условных рефлексов, быстроту формирования возбудительных и тормозных функциональных систем, быстроту возникновения возбуждения и торможения. Здесь-то и проявляется одна из слабостей представления автора о свойстве динамичности, поскольку перечисленные физиологические явления нельзя рассматривать как рядоположные и тем более тождественные. Научение — это одно, а возникновение возбуждения в нервных центрах — другое, и устанавливать между ними тождество по чисто внешним признакам (быстроте проявления) некорректно. Если взять, например, условный рефлекс, то быстрота его образования зависит от множества причин: величины и устойчивости возбуждения в нервных центрах (а последняя зависит от инертности возбуждения), от физиологической силы раздражителя, его значимости и т. д. Поэтому приписывать столь сложный процесс одному свойству нервной системы (динамичности) не оправдано.

Выделение нового свойства нервной системы требует безусловных доказательств его монометричности, независимости от других свойств. В противном случае *проявление какого-либо свойства мы примем за новое свойство*, что и произошло в рассматриваемом примере. Так, приняв за основу своих рассуждений, что быстрота формирования условных рефлексов не связана с сильной нервной системой, В. Д. Небылицын почему-то расценил многочисленные факты о связи динамичности со слабой нервной системой как «парадоксальность», не увидев в них закономерности. Между тем если под динамичностью понимать быстроту возникновения нервных процессов, связь ее со свойством силы предопределена

самой сущностью последнего: слабость нервной системы означает более высокий уровень активации в покое, его большую приближенность к порогу реагирования, а следовательно — и более быстрое возникновение реакции при одинаковой для сильной и слабой нервной системы интенсивности или длительности раздражителя.

Обосновывая самостоятельность свойства динамичности, В. Д. Небылицын не принял во внимание ее связь с проявлениями подвижности, о которой он сам сказал следующее:

> Согласно нашим экспериментальным данным, с этим фактором (динамичности. — *Е. И.*) коррелируют также особенности последействия возбудительного процесса (1976, с. 120).

Очевидно, исследователь и сам понимал имеющиеся трудности в доказательстве своей гипотезы. Так, он писал, что вопрос о балансе по динамичности (т. е. соотношении динамичности возбуждения и динамичности торможения) еще далек от окончательного решения и что полученные данные требуют проверки. Находил он связь и между динамичностью возбуждения и динамичностью торможения и даже предполагал на этом основании, что существует общий фактор динамичности нервной системы, т. е. сам же разрушал построенную им классификацию свойств нервной системы.

После 1967 г. В. Д. Небылицын не возвращался к обсуждению в печати теоретических и практических вопросов, касающихся этого свойства. А именно в это время произошли существенные изменения во взглядах сотрудников его лаборатории на данный феномен. Так, Л. Б. Ермолаева-Томина (1969) показала: в зависимости от силы подкрепления при выработке положительного и отрицательного условных рефлексов испытуемый мог попасть в разные типологические группы по динамичности.

Э. А. Голубева и ее соавторы (1974) высказали мнение, что выработка дифференцировочного условного рефлекса (по которой В. Д. Небылицын судил о динамичности торможения) связана как с процессом возбуждения, так и торможения, поэтому она не может быть показателем только динамичности последнего.

Постепенно стали говорить не о динамичности возбуждения и динамичности торможения как самостоятельных свойствах нервной системы, а об их балансе с преобладанием либо первой, либо второй, причем между динамичностью возбуждения и торможения была найдена обратно пропорциональная зависимость: чем сильнее выражен один процесс, тем слабее проявлен другой (Э. А. Голубева, 1972). В ее работах показатель динамичности торможения по В. Д. Небылицыну (частота альфа-ритма ЭЭГ) рассматривается как показатель баланса по динамичности. В других исследованиях частота альфа-ритма рассматривается уже в качестве показателя активации (Е. П. Гусева и Н. Ф. Шляхта, 1974). Термин «динамичность» постепенно исчезает из статей по дифференциальной психофизиологии. Очевидно, это происходит не случайно, поскольку фоновые показатели ЭЭГ зависят не только от динамичности, но и от других типологических свойств.

Отметим еще мнение Д. Грея (1968), считающего, что и сила нервной системы, и динамичность могут представлять собой два подфактора, относящихся к большому единому фактору, т. е. выступают двумя проявлениями одного и того же физиологического явления. Справедливость такого предположения видна из того, что обнаружения слабости нервной системы и высокой динамичности возбуждения сходны, на это обратил внимание В. С. Мерлин. Найдено сходство проявления динамичности и лабильности в психологических феноменах (Э. А. Голубева

и В. Д. Рождественская, 1969). Собственно, в этом нет ничего удивительного, так как быстрота возникновения возбуждения является составной частью того, что называется лабильностью.

Согласно сказанному, попытка выделить динамичность как новое свойство нервной системы не имеет серьезных оснований. Быстрота возникновения нервных процессов — это лишь одно из проявлений свойства силы нервной системы. Собственно, В. Д. Небылицын предвидел возможность исчезновения какого-либо подобного свойства из описанной им структуры. Он писал, например, что можно «представить себе и такую возможность, когда атрибуты какого-то предполагаемого свойства в результате экспериментального исследования будут отобраны у него и переданы другим параметрам нервной деятельности, и это предполагаемое свойство, в конца концов, окажется вычеркнутым из списка основных свойств нервной системы» (1966, с. 16).

Таким образом, пока мы не ушли далеко от той классификации свойств нервной системы, которая была предложена И. П. Павловым.

4.4. Парциальные и общие свойства нервной системы

Говоря о свойствах нервной системы (или точнее — о свойствах нервных центров), нельзя понимать дело так, что какое-то изучаемое свойство относится *ко всей* нервной системе как аморфному образованию. Есть основания полагать, что хотя любой функциональной системе мозга (возбудительной, тормозной) присущи все свойства, однако степень их выраженности в разных системах (мозговых структурах) различается. В этой связи и возник вопрос об общих и парциальных свойствах нервной системы.

Если типологические особенности отражают определенные функциональные системы мозга, то спрашивается: к какой именно функциональной мозговой системе (или, по словам У. У. Ухтомского, «функциональному органу») относится данная методика, с помощью которой изучаются типологические особенности. Не может ли быть так, что разные методики, предъявляя обследуемым разные смысловые задачи, адресуются разным функциональным отделам мозга? Отсюда возникает важная для практики задача: установить, одинакова ли валидность разных методик, изучающих, например, свойство силы нервной системы.

Также рождается и теоретический вопрос: являются ли изучаемые свойства парциальными (т. е. отражающими только одну функциональную систему) или общими (т. е. относящимися ко всему мозгу в целом)?

Представление о парциальных свойствах нервной системы выдвинул Б. М. Теплов. Он писал, что у человека менее всего можно ожидать полного совпадения типологических параметров в разных анализаторах, а также в первой и второй сигнальной системах. Действительно, сопоставление типологических различий по свойству силы в различных анализаторах (зрительном и слуховом) не показало совпадения диагнозов. Тем самым был нанесен существенный удар по господствовавшим в то время представлениям, согласно которым свойства нервной системы характеризуют ее всю в целом. Теперь и наличие общемозговых свойств вызывало сомнение. По этому поводу В. Д. Небылицын заметил:

Должны ли мы теперь рассматривать СНС как параметры лишь узкого представительства, способные характеризовать только те мозговые структуры, к которым адресуются применяемые стимулы, или все-таки существуют такие, хотя бы относительно общие «сверханализаторные» характеристики мозга, которые могут служить основой для нейрофизиологической интерпретации целостных особенностей индивидуального поведения? (1976, с. 209).

В. Д. Небылицын считал, что парциальность может быть обусловлена тремя моментами:

1) регистрацией разных эффекторных выражений рефлекторной деятельности (эффекторный аспект);
2) применением раздражителей различной модальности (анализаторный аспект);
3) использованием различных подкрепляющих воздействий (в случае изучения типологических особенностей с помощью вырабатываемых условных рефлексов).

Таким образом, парциальность свойств нервной системы (а точнее — типологических особенностей их проявления) может быть обусловлена тем, что в применяемых для их диагностики реакциях участвуют различные нервные структуры.

Роль различий в подкреплении, сказывающихся в проявлении парциальности типологических особенностей, была установлена еще А. Г. Ивановым-Смоленским (1935). Применяя три подкрепления — ориентировочное, пищевое и оборонительное, сотрудники этого исследователя обнаружили, что полное совпадение результатов по быстроте образования положительных и тормозных условных рефлексов было только в 22% случаев, а при двух подкреплениях совпадения регистрировались лишь в 50% случаев. Поэтому уже А. Г. Иванов-Смоленский говорил о парциальных типах нервной системы. Аналогичные результаты в исследовании с привлечением людей получил польский психолог Ян Стреляу (1982): только у 2 из 36 испытуемых диагноз типологических особенностей совпал при применении трех видов подкреплений: электрокожного, температурного и мышечного усилия.

В. Д. Небылицын и его сотрудники показали роль модальности сигнала для расхождения в результатах диагностики. Причем главную «вину» за проявление парциальности типологических особенностей авторы возложили на межанализаторные различия. Этому есть некоторые подтверждения. Например, В. С. Горожанин (1977) не выявил связи скорости бега и максимальной частоты движений с подвижностью нервных процессов в зрительном анализаторе, в то время как, по нашим данным, при использовании двигательных методик такая связь обнаруживается.

Однако Ян Стреляу обращает внимание, что расхождения в результатах диагностики могут быть связаны не с модальностью раздражителя, а с его силой. Действительно, фактор силы (интенсивности) раздражителя способен создать проблему парциальности искусственно, что отмечал и В. С. Мерлин: ведь физическая сила зрительного и слухового раздражителя в лаборатории Б. М. Теплова — В. Д. Небылицына не выравнивалась. Правда, частично это возражение снимается тем, что, как отмечал В. Д. Небылицын, расхождения в диагнозах силы нервной системы при использовании зрительного и звукового раздражителей было то в пользу одного, то в пользу другого анализатора (при одинаковой для всех испы-

туемых интенсивности того и другого раздражителя). Вместе с тем значение интенсивности раздражителей различной модальности полностью В. Д. Небылицыным не отвергалось. Он писал в связи с этим:

> Другое дело — изучение таких свойств нервной системы, как подвижность или динамичность. Здесь, действительно, для того чтобы исключить влияние параметра чувствительности — силы, следует уравнивать раздражители по их физиологической интенсивности (1966, с. 340).

Теоретически парциальность может проявиться не от межанализаторных различий, а от того, что к одному анализатору адресуется своя задача, а к другому — иная (это зависит от методических приемов диагностики типологических особенностей). Роль данного обстоятельства отмечена В. И. Рождественской и др. (1969). Однако про такие случаи можно сказать, что эксперимент не был чистым и сравнение проведено некорректно. При одинаковости же заданий (как это имело место в работах В. Д. Небылицына по определению силы нервной системы или в исследовании М. И. Семенова и А. X. Мамажанова (1972), сопоставлявших подвижность и баланс нервных процессов при двигательных и зрительных заданиях, идентичных по смыслу и процедуре выполнения) парциальность проявлялась вполне отчетливо. Так, в последней из указанных работ совпадение диагнозов типологических особенностей в двух выборках (73 студента и 50 школьников) было только в 42–56% случаев. Аналогичные данные на значительно большем материале с использованием тех же методических приемов были получены А. Г. Пинчуковым (1974).

Межанализаторная парциальность — это парциальность по горизонтали. Есть основание говорить и о парциальности типологических особенностей по вертикали.

Так, Н. И. Красногорский строил классификацию типов высшей нервной деятельности, исходя из учета соотношений между корой и подкоркой. Он считал, что холерический тип — подкорковый, а флегматический — корковый тип высшей нервной деятельности. Выделялись им и центральные типы, отражающие равновесие между корой и подкоркой: сильный (сангвинический) и слабый меланхолический.

Идею о парциальности по вертикали типологических особенностей проявления свойств нервной системы разделял и В. С. Мерлин, тоже ссылаясь на соотношения коры и подкорки.

Можно полагать, что вертикальная парциальность проявляется и в двух видах баланса — «внешнего» и «внутреннего» (Е. П. Ильин, 1972в). Об этом свидетельствуют антагонистические взаимоотношения между ними, возникающие при ряде состояний (монотонии, психическом пресыщении): сдвиг одного баланса в сторону возбуждения сопровождается сдвигом другого баланса в сторону торможения. Это можно рассматривать как перераспределение активности (энергии) с одного уровня регуляции на другой.

Таким образом, вопрос о парциальности свойств нервной системы продолжает оставаться актуальным и требует дальнейшего изучения.

Однако, как отмечал В. Д. Небылицын, «особенности организации мозговой рецептивной системы принципиально, по самой ее функции, таковы, что ее функциональные параметры — частные свойства — едва ли могут служить нейрофизиологическими “измерениями” личности как целого, со всеми общими аспек-

тами ее организации и поведения» (1976, с. 21). Соответственно он выдвинул гипотезу о существовании и общих свойств нервной системы, которые связаны с выделенной им регулирующей системой мозга.

К этой системе В. Д. Небылицын отнес передние отделы неокортекса и взаимодействующие с ними образования старой и древней коры головного мозга, а также его стволовой части. Структуры, составляющие этот комплекс, он рассматривал в известном приближении как единую мозговую систему, выполняющую функции регуляции и управления всеми процессами, протекающими в организме — от низших биологических до самых высших психических (таких как потребности и мотивация, эмоции и темперамент, программирование движения, и действий, интеллектуальное планирование и оценка результатов и т. д.). В отличие от анализаторной, регулирующая система не имеет прямого отношения к переработке сенсорных раздражителей.

Важными являются связи свойств этой системы со многими общеличностными характеристиками — моторной активностью, интеллектуальной активностью и с особенностями установки личности, в то время как анализаторные (парциальные) свойства часто таких связей не обнаруживают.

Следует подчеркнуть, что В. Д. Небылицын, выдвигая понятие об общих свойствах нервной системы, рассматривал их не как чисто корковые, а как комплексные, отражающие функциональную систему, включающие в себя различные уровни центральной нервной системы: лобную кору, лимбический мозг, ретикулярную формацию. Можно считать, что под общими свойствами В. Д. Небылицын понимал, скорее всего, свойства интегративных систем мозга, осуществляющих произвольные акты человека. При этом он отмечал: свойства, обозначенные им как общие, строго говоря, тоже являются частными, поскольку представляют собой параметры пусть весьма обширного, но все же ограниченного анатомически и функционально комплекса структур головного мозга. Интерпретация этих свойств как общих оправдана только тем значением, которое имеют образования регуляторной системы для психической жизни и поведения всего организма. Во всяком случае, они, по мнению В. Д. Небылицына, дают лучшее приближение к функции «нервной системы в целом», чем парциальные свойства. Как полагал исследователь, представление об этих общих свойствах поможет понять, что же такое свойства нервной системы в целом, — категорию, остающуюся, по его мысли, на современном уровне наших психофизиологических знаний чисто гипотетической конструкцией.

Об этом высказывании В. Д. Небылицына (об относительности «общих» свойств) необходимо помнить, так как в более поздних работах других авторов содержатся высказывания, противоречащие положениям этого ученого.

Например, отличной от позиции В. Д. Небылицына точки зрения придерживается В. М. Русалов (1979). Он считает, что общие свойства — это индивидуально-устойчивые особенности целостной общемозговой интеграции нервных процессов, вовлеченных в целостную произвольную психическую деятельность, в то время как частные — особенности локальной интеграции. Автор полагает более правильным не увязывать строго общие свойства с деятельностью лобного отдела, а рассматривать их как особенности регуляции всего мозга. Свойства переднего мозга могут быть лишь аналогичными, но не идентичными свойствам всей нервной системы.

Со второй половины XX в. идея общемозговых свойств все больше замыкается на *активации* целого мозга и связанной с ней чувствительностью. Предполагается (В. С. Мерлин, 1973; И. М. Палей, 1966), что чувствительность прямо отражает «первичное» общее свойство. Согласно другой точке зрения, «первичным» и в значительной степени интегральным свойством является активированность покоя, а чувствительность — вторичная характеристика, зависящая от уровня активации в покое нервной системы (Е. П. Ильин, 1979).

Свойства, выявляемые с помощью методик, в которых используются произвольные двигательные реакции человека, обнаруживают постоянные связи с деятельностными и поведенческими характеристиками людей, а свойства, выявляемые в зрительном и слуховом анализаторах таких связей часто не демонстрируют или же показывают те, которые противоречат здравому смыслу. Следовательно, для практических целей прогнозирования склонностей, способностей, устойчивости к неблагоприятным состояниям и т. д. парциальные (анализаторные) свойства малопригодны.

ГЛАВА 5

Характеристика отдельных свойств нервной системы

5.1. Сила нервной системы

Понятие о свойстве силы нервной системы выдвинуто И. П. Павловым в 1922 г. При изучении условно-рефлекторной деятельности у животных было выявлено, что чем больше интенсивность раздражителя или чем чаще он применяется, тем больше ответная условно-рефлекторная реакция. Однако при достижении определенной интенсивности или частоты раздражения условно-рефлекторный ответ начинает снижаться. В целом эта зависимость была сформулирована как «закон силы» (рис. 5.1).

Было отмечено, что у животных этот закон проявляется по-разному: запредельное торможение, при котором начинается снижение условно-рефлекторного ответа, у одних наступает при меньшей интенсивности или частоте раздражения, чем у других. Первые были отнесены к «слабому типу» нервной системы, вторые — к «сильному типу». Возникли и два способа диагностики силы нервной системы: по максимальной интенсивности однократного раздражения, еще не приводящего к снижению условно-рефлекторной реакции (измерение силы через «верхний порог»), и по наибольшему числу раздражения, тоже еще не приводящему к снижению рефлекторного ответа (измерение силы через ее «выносливость»).

В лаборатории Б. М. Теплова была обнаружена большая чувствительность лиц со слабой нервной системой по сравнению с теми, у кого та оказалась сильной. Отсюда возник еще один способ измерения силы: через быстроту реагирования человека на сигналы разной интенсивности. Субъекты со слабой нервной системой из-за своей более высокой чувствительности реагируют на слабые и средние

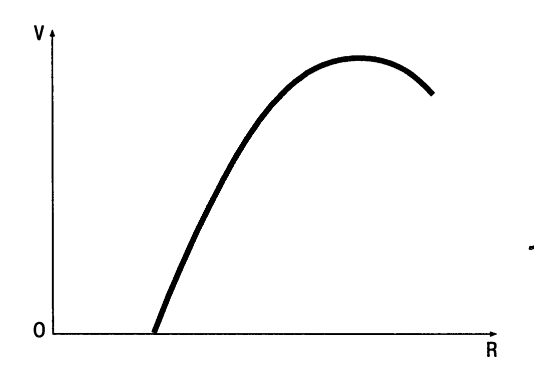


Рис. 5.1

Схема, показывающая проявление «закона силы». **По вертикали** – величина реакции; **по горизонтали** – сила разрушения

по силе сигналы быстрее, чем субъекты с сильной нервной системой. По сути, в этом случае сила нервной системы определяется по «нижнему порогу».

В том же исследовательском коллективе сила нервной системы стала определяться и по уровню активации ЭЭГ. Однако этот метод технически сложен для массовых обследований.

До недавнего времени все эти способы измерения силы нервной системы не имели единого теоретического обоснования и поэтому рассматривались как независимые друг от друга, обнаруживающие различные проявления силы нервной системы, связанные, как казалось, с разными физиологическими механизмами. Поэтому оправданным было и требование изучать типологические проявления свойств сразу несколькими методиками, о чем говорилось в предыдущем параграфе. Однако возможно единое объяснение различных проявлений силы нервной системы (Е. П. Ильин, 1979), которое делает равноправными различные методики, с помощью которых устанавливается сила нервных процессов. Объединяющим фактором оказался *уровень активации в покое* (суждение о котором выносилось на основании уровня энерготрат в покое — рис. 5.2): у одних людей он выше, а у других ниже. Отсюда и различия в проявлении «закона силы».

Сила нервной системы как реактивность. Для возникновения видимой ответной реакции (ощущение раздражителя или движение рукой) нужно, чтобы раздражитель превысил определенную (пороговую) величину или по крайней мере ее достиг. Это значит, что данный раздражитель вызывает такие физиологические и физико-химические изменения раздражаемого субстрата, которые достаточны для появления ощущения или ответной двигательной реакции. Следовательно, чтобы получить ответную реакцию, надо достичь порогового уровня активации нервной системы. Но в состоянии физиологического покоя последняя уже находится на определенном уровне активированности, правда, ниже порогового. У субъектов со слабой нервной системой уровень активации в покое выше (это следует из того, что в покое у них выше потребление кислорода и энерготраты на 1 кг веса

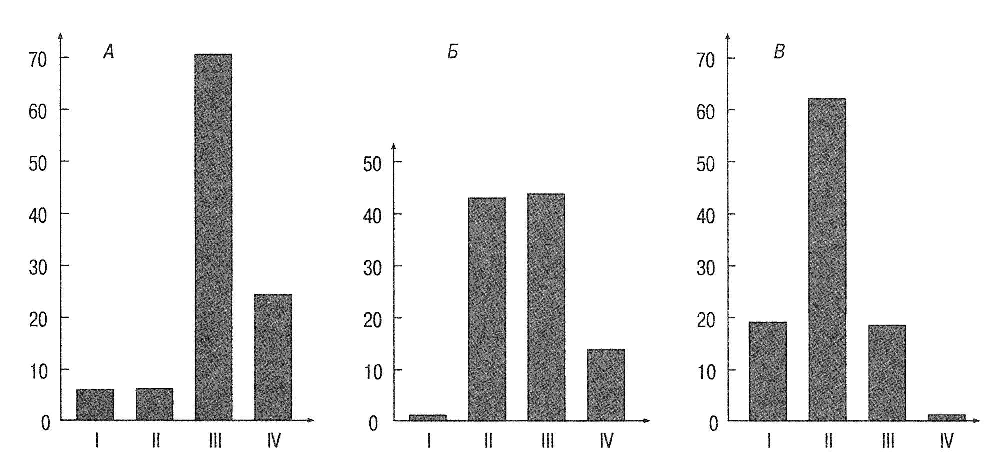


Рис. 5.2. Распределение испытуемых с различными энерготратами в покое (уровнем активации) в группах с различной силой нервной системы. **По вертикали** — число лиц, 5; **по горизонтали** — уровень энерготрат (ккал/кг/ч): I – от 0.50 до 0,99; II – от 1,00 до 1,50; III – от 1,51 до 2,00; IV – от 2, 01 и выше. *А* – лица с малой силой нервной системы; *Б* – лица со средней силой нервной системы; *В* – лица с большой силой нервной системы

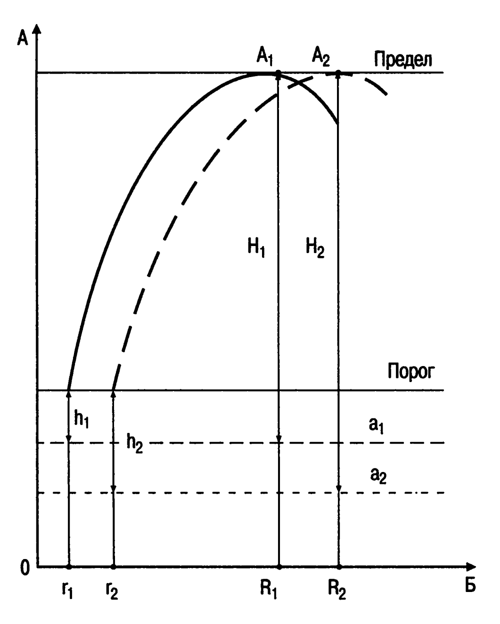




Рис. 5.3

Схема, показывающая различия в силе нервной системы в зависимости от интенсивности раздражителя. **По вертикали** — уровень активации: a_1 — в состоянии покоя у лиц со слабой нервной системой; a_2 – у лиц с сильной нервной системой; **нижняя сплошная линия** – пороговый уровень активации покоя, с которого начинается реакция на раздражитель; **верхняя сплошная линия** – предельный уровень реагирования (A_1 – для лиц со слабой нервной системой; A_2 – для лиц с сильной нервной системой). **По горизонтали** — интенсивность раздражителя: r_1 – нижний порог для лиц со слабой нервной системой, r_2 – то же для лиц с сильной нервной системой; R_1 – верхний порог раздражителя для лиц со слабой нервной системой, R_2 – то же для лиц с сильной нервной системой; h_1 – величина дополнительной активации, необходимая для достижения порога реагирования лицами со слабой нервной системой, h_2 – то же для лиц с сильной нервной системой

тела); соответственно они ближе к пороговому уровню активации, с которого начинается реагирование (рис. 5.3), чем лица с сильной нервной системой. Для доведения этого уровня до порогового им, как следует из схемы, нужен меньший по интенсивности раздражитель. Субъектам же с сильной нервной системой, у которых уровень активации покоя ниже, требуется большая величина раздражителя, чтобы довести уровень активации до порогового. Этим и обусловлены различия между «слабыми» и «сильными» *по нижнему порогу* раздражения ($r_1 < r_2$).

При нарастании интенсивности одиночных раздражителей уровень активации (возбуждения) и величина (или быстрота, как при измерении времени реакции) реагирования повышаются. Однако субъекты со слабой нервной системой, начав реагировать раньше, чем лица с сильной нервной системой, раньше достигают и предельного уровня активации, при котором наблюдаются наибольшие и самые быстрые ответные реакции. После этого у них эффект реагирования снижается, в то время как у субъектов с сильной нервной системой он еще возрастает. Они достигают предела активации позже, при большей силе одиночного раздражителя ($R_1 < R_2$). Следовательно, и «верхний» порог у «слабых» меньший, чем у «сильных», т. е. запредельное торможение у первых наступает раньше, чем у вторых, при меньшей интенсивности достаточно сильного раздражителя (рис. 5.3).

На выявление этих различий в реагировании людей на стимулы разной интенсивности направлена методика, разработанная В. Д. Небылицыным и получившая краткое название «наклон кривой» (рис. 5.4; описание методики см. в приложении).

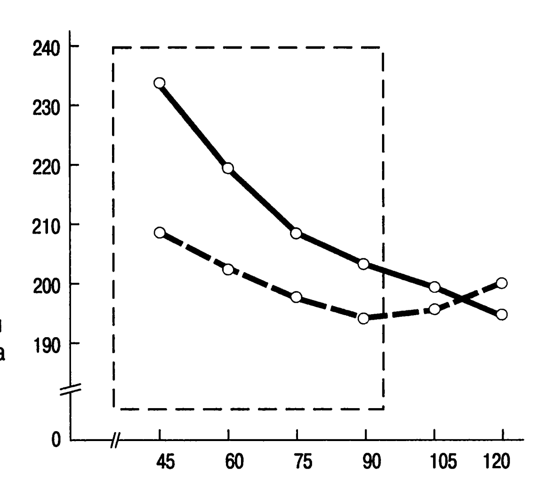
В. Д. Небылицын выдвинул гипотезу, что диапазон между нижним (r) и верхним (R) порогами должен сохраняться от индивида к индивиду неизменным:

$$R : r = const.$$

Автор исходил из того факта, что оба этих порога у лиц с сильной нервной системой выше, чем у лиц со слабой нервной системой.

Рис. 5.4

Изменение времени реакции на различные по интенсивности звуковые сигналы у лиц с сильной и слабой нервной системой. **По вертикали** – время реакции, мс; **по горизонтали** – громкость звука, дБ. **Сплошная линия** – данные для лиц с сильной нервной системой; **штрихпунктирная** – для лиц со слабой нервной системой. **Пунктиром** обозначена зона слабых и средних интенсивностей звука, используемых в методике В. Д. Небылицына



Из приведенной формулы следует, что и сильная и слабая нервная система должны выдерживать одну и ту же величину градиента (прироста) сверхпорогового раздражителя. Если принять абсолютный порог за нулевую точку отсчета величины *физиологической* силы раздражителя, то при увеличении его силы и сильная и слабая нервная система будут реагировать одинаково: увеличится в два раза сила раздражителя — во столько же раз возрастет и величина ответной реакции со стороны как сильной, так и слабой нервной системы.

Из этого должно также вытекать, что различий между последними при выравнивании физиологической силы раздражителя не будет; в обеих нервных системах запредельное торможение возникнет при одной и той же физиологической силе раздражителя. Это означает, что ход кривой реагирования на стимулы разной физиологической силы сильной и слабой нервной системы совпадет. Таким образом, согласно данной гипотезе В. Д. Небылицына, различия в силе нервной системы обнаруживаются потому, что используется физическая шкала интенсивности раздражителя, в которой одинаковая физическая величина последнего является разной физиологической силой для сильной и слабой нервной системы. Причиной этого, как теперь стало ясно, служит их различная фоновая активированность: чем она выше, тем большим по физиологической силе становится физический раздражитель.

Однако эта правдоподобная гипотеза В. Д. Небылицына остается пока не доказанной на практике. Более того, П. О. Макаров (1955) использовал разницу между верхним и нижним порогами в качестве показателя силы нервной системы: чем больше диапазон между порогами (который автором принят за энергетический потенциал), тем больше сила нервной системы. Но и эта гипотеза осталась непроверенной экспериментально.

Сила нервной системы как выносливость. Многократное повторное предъявление одинакового по силе раздражителя через короткие интервалы времени вызывает явление суммации, т. е. усиление рефлекторных реакций за счет роста фоновой активации, так как каждое предыдущее возбуждение оставляет после себя след, и поэтому каждая последующая реакция испытуемого начинается на более высоком функциональном уровне, чем предыдущая (заштрихованная область на рис. 5.5).

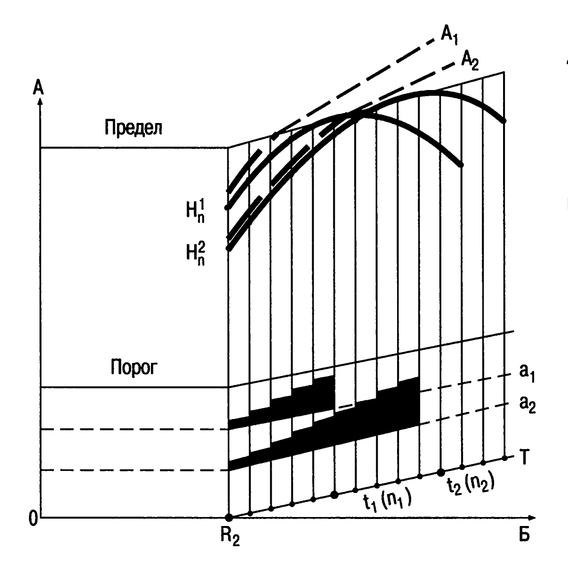



Рис. 5.5

Схема, показывающая различия в силе нервной системы в зависимости от длительности действия раздражителя. **По вертикали** – уровень активации (обозначения те же, что на рис. 5.3). **По горизонтали** – интенсивность раздражителя (ось Б) и длительность действия раздражителя (ось Т) с постоянной интенсивностью R_2. Заштрихована область суммации следов возбуждения (повышение уровня подпороговой активности). t_1 – время действия на слабую нервную систему раздражителя R_2, приводящее к достижению предела реагирования; t_2 – то же для сильной нервной системы

Поскольку исходный уровень активации у субъектов со слабой нервной системой выше, чем у субъектов с сильной нервной системой, суммация возбуждения и связанное с ней возрастание реагирования (несмотря на постоянную по физическим параметрам силу раздражителя) у них быстрее достигнет предела, и быстрее наступит «тормозный» эффект, т. е. снижение эффективности реагирования. У лиц с сильной нервной системой из-за более низкой активации покоя имеется больший «запас прочности», и поэтому суммация у них может продолжаться дольше без достижения предела реагирования. Кроме того, возможно, что и последний у «сильных» находится на более высоком уровне, чем у «слабых». (Это не нашло отражения на схеме, где гипотетически пределы реагирования для «сильных» и «слабых» обозначены одинаково; единственно, что не укладывается в эту схему — случай, когда у «слабых» предел реагирования будет большим, чем у «сильных».) Поскольку величина суммации возбуждения определяется длительностью действия раздражителя (временем [*t*] или количеством повторений раздражения [*n*]), сильная нервная система оказывается более выносливой. Это значит, что при многократных предъявлениях сигналов (внешних или внутренних — самоприказов) снижение эффекта реагирования на таковые (величины или быстроты реакций) у «слабых» произойдет быстрее, чем у «сильных». На этом и основаны различные методики определения силы нервной системы через ее выносливость.

Следует обратить внимание на два существенных момента. Во-первых, при диагностике силы нервной системы нельзя использовать слабые раздражители, так как они снижают, а не повышают активацию нервной системы, и в результате более выносливыми к монотонному раздражителю оказываются лица со слабой нервной системой. Кстати, по этому поводу еще в лаборатории И. П. Павлова возник спор: ее глава считал, что те собаки, которые быстро засыпали в «башне молчания» при выработке у них условных рефлексов, имеют слабую нервную систему. Однако его ученица К. П. Петрова (1934) доказала, что это как раз собаки с сильной нервной системой, не выдерживающие монотонной обстановки (или

как сейчас сказали бы — сенсорной депривации). В конце концов И. П. Павлов признал правоту ученицы.

Во-вторых, не каждый показатель выносливости может служить критерием силы нервной системы. Выносливость к физической или умственной работе не является прямым индикатором силы нервной системы, хотя и связана с ней. Речь должна идти о выносливости именно нервных клеток, а не человека. Поэтому методики должны показывать быстроту развития запредельного торможения, с одной стороны, и выраженность эффекта суммации — с другой.

5.2. Подвижность — инертность и лабильность нервных процессов

Выделенное И. П. Павловым в 1932 г. свойство подвижности нервных процессов стало в дальнейшем, как отмечал Б. М. Теплов (1963а), оцениваться как более многозначное. Поэтому он выделил следующие особенности нервной деятельности, характеризующие *быстроту функционирования нервной системы:*

1) быстроту возникновения нервного процесса;
2) быстроту движения нервного процесса (иррадиация и концентрация);
3) быстроту исчезновения нервного процесса;
4) быстроту смены одного нервного процесса другим;
5) быстроту образования условного рефлекса;
6) легкость переделки сигнального значения условных раздражителей и стереотипов.

Изучение взаимосвязи между этими проявлениями быстроты функционирования нервной системы, проведенное в лаборатории Б. М. Теплова, позволило выделить два главных фактора: легкость переделки значения условных раздражителей (положительного на отрицательный и наоборот) и быстроту возникновения и исчезновения нервных процессов. За первым фактором Б. М. Теплов оставил название *подвижность*, а второй обозначил как *лабильность*.

Другие показатели быстроты функционирования нервной системы не относятся в настоящее время к двум указанным свойствам. Попытка М. Н. Борисовой выделить быстроту иррадиации и концентрации нервных процессов в самостоятельное свойство не получила достаточно веских аргументов. Также неудачной, как уже говорилось, оказалась попытка В. Д. Небылицына выделить быстроту образования условных рефлексов в отдельное свойство динамичности.

Хотя переделка до сих пор используется в ряде физиологических работ как показатель подвижности нервной системы, полученные в последние десятилетия данные поставили ее как референтный показатель свойства подвижности под сомнение. Оказалось, что переделка условных рефлексов — довольно сложный феномен высшей нервной деятельности, который определяется не только легкостью перехода возбуждения в торможение и обратно, но и прочностью образованных условных связей (т. е. быстротой затухания следов), интенсивностью раздражителя, влиянием второй сигнальной системы и т. д. (В. А. Трошихин и др., 1978). Да и сам И. П. Павлов расценивал переделку условных раздражителей как весьма сложное комплексное испытание, довольно трудно поддающееся расшифровке.

Переделка не связана с другими индикаторами подвижности, в частности с показателями, входящими в группу лабильности. Зато она обнаруживает зависимость от силы нервной системы. В связи с этим физиологическое толкование «переделки» как свойства нервной системы весьма затруднительно. По крайней мере, очевидно, что она не является простым аналогом быстроты течения нервных процессов. Поэтому не случайно в последние два десятилетия больше изучаются показатели группы лабильности, т. е. быстрота развития и исчезновения нервных процессов. Этому способствует и то обстоятельство, что «переделка» требует весьма продолжительного времени, поэтому к ней невозможно обращаться при массовых обследованиях.

Исходя из того, что лабильность предполагает быстроту развития нервного процесса и быстроту его исчезновения, наметились три методических подхода в изучении функциональной подвижности (лабильности):

1) выявление быстроты возникновения возбуждения и торможения;
2) выявление быстроты исчезновения возбуждения и торможения;
3) выявление максимальной частоты генерации нервных импульсов, зависящей как от первого, так и от второго.

Изучение *быстроты развития нервных процессов* значительно усложнено тем, что она зависит, как говорилось в предыдущем параграфе, от уровня активации покоя, т. е. от того, какова нервная система у обследуемого — слабая или сильная. Конечно, это не исключает влияния на быстроту генерации возбуждения и других механизмов, которые могут прямо характеризовать предполагаемое свойство нервной системы. Однако выделить их в «чистом» виде пока нельзя. Еще хуже обстоит дело с измерением быстроты возникновения торможения. Сейчас можно рассчитывать лишь на один способ — измерение латентного периода расслабления мышц с помощью электромиографии.

Функциональная подвижность как быстрота исчезновения нервных процессов. Нервный процесс не исчезает сразу после действия раздражителя или осуществления какого-то действия, а ослабевает постепенно. Наличие следов препятствует нормальному развитию противоположного нервного процесса. Однако, даже исчезнув, первый процесс не перестает влиять на развитие ему противоположного. Дело в том, что по механизму индукции он сменяется фазой, облегчающей возникновение такового. Например, вместо бывшего раньше процесса возбуждения возникает в этих же центрах процесс торможения. Если на этом фоне воздействовать тормозным раздражителем, возникшее торможение суммируется с уже имевшимся индукционным торможением и тогда тормозной эффект усиливается. Временная развертка происходящих изменений представлена на рис. 5.6.

Последействие, зависящее от следовой деполяризации и циркуляции нервных импульсов по сети нейронов, у разных людей имеет разную длительность. У одних положительные и отрицательные фазы протекают быстро, у других — медленно. Поэтому, если предъявлять разным людям одинаковые задачи на сближение положительных и тормозных раздражителей или возбудительных и тормозных реакций, выявляются разные временные развертки происходящих следовых изменений, т. е. различия по функциональной подвижности нервной системы.

Поскольку длительность затухания следов нервных процессов может зависеть от их интенсивности (чем интенсивнее процесс, тем длительнее будет его затуха-

ние), важно учитывать влияние этого фактора. У лиц со слабой нервной системой при действии одного и того же раздражителя процесс возбуждения развивается более интенсивно (по крайней мере — в пределах слабых и средних по интенсивности раздражителей), затухание же его будет более длительным, чем у людей с сильной нервной системой. Не случайно в психофизиологической лаборатории Б. М. Теплова — В. Д. Небылицына выявлены положительные связи между инертностью и слабостью нервной системы. Однако при нивелировании разными методическими приемами различий в уровне активации покоя можно получить показатель быстроты протекания следовых процессов в чистом виде. Так, не найдены корреляции между силой нервной системы и подвижностью нервных процессов при использовании для выявления последействия методик К. М. Гуревича и Е. П. Ильина, о которых речь будет идти ниже (см. приложение).

Методики, изучающие функциональную подвижность по быстроте течения следовых явлений, чаще всего основаны на том, что после положительного сигнала, инициирующего возбудительный процесс, предъявляется тормозной сигнал, вызывающий противоположный процесс или реакцию. И наоборот, после тормозного сигнала (или реакции) через короткое время предъявляется положительный сигнал, вызывающий возбудительную реакцию. Эти приемы весьма близки к приему, названному И. П. Павловым «сшибкой». Однако они не тождественны приему, названному «переделкой» сигнального значения раздражителей, хотя

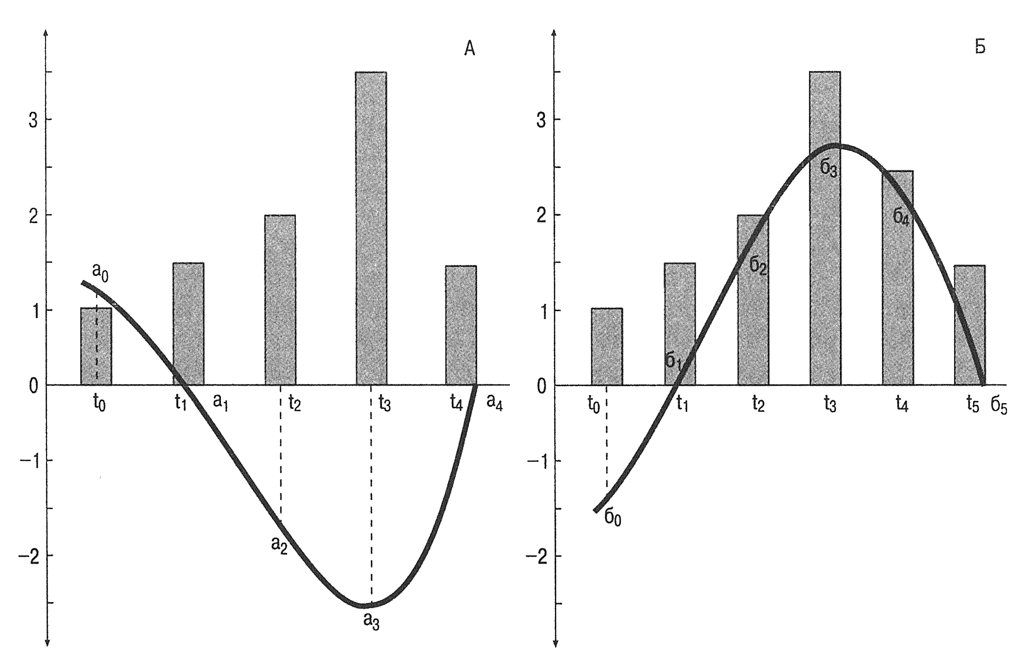


Рис. 5.6. Схема, показывающая фазность развития следовых процессов. А – изменение величины тормозных реакций после предшествования процесса возбуждения; Б – изменение величины активизирующих реакций после предшествования тормозных реакций. **Столбиками** обозначена величина реакций, **кривые линии** – изменение во времени нервных процессов (t_0–t_5): следовое возбуждение, $а_1$ – исчезновение следов возбуждения, $а_2$–$а_4$ – торможение, развивающееся по механизму отрицательной индукции; $б_0$ – следовое торможение, $б_1$ – исчезновение следового торможения, $б_2$–$б_5$ – возбуждение, развивающееся по типу положительной индукции

в том и другом случае есть внешне сходный момент: один нервный процесс (или реакция) должен уступить место другому.

Различие этих двух приемов, как отмечают В. А. Трошихин и его соавторы, состоит в следующем. При «сшибке» смена одного нервного процесса другим обусловлена последовательным действием *двух различных сигналов или операций* (например, звука как положительного раздражителя и света как отрицательного). При «переделке» же меняется сигнальное значение одного и того условного раздражителя, остающегося неизменным по своей модальности и физическим параметрам. При «сшибке» имеется столкновение *в один и тот же момент времени* двух процессов, в «переделке» — *разновременная* смена положительного и тормозного раздражителей. «Переделка» связана с угашением упроченной условно-рефлекторной реакции и выработкой на тот же раздражитель условного тормоза.

5.3. Баланс нервных процессов

Соотношение нервных процессов было первым из свойств нервной системы, указанных И. П. Павловым. Несмотря на это, оно до сих пор наименее изучено. Во всяком случае, мы не можем говорить о том, что исследуем баланс нервных процессов так, как его понимал И. П. Павлов (напомним, что он говорил о балансе по силе возбуждения и силе торможения). Не можем так заявлять, поскольку не знаем способов определения силы процесса торможения. Вместо этого мы судим (по косвенным признакам) о превалировании или равновесии возбудительных и тормозных реакций в действиях человека.

В качестве показателей этого свойства у разных исследователей павловской школы выступали: величина положительных и тормозных условно-рефлекторных реакций, отношение числа ошибок (или же правильных реакций) на положительный и тормозной сигнал, постоянство фона условно-рефлекторной деятельности и др. (Э. П. Кокорина, 1963; Г. А. Образцова, 1964 и др.).

В психологии при измерении баланса нервных процессов у человека используются другие показатели: число переводов и недоводов при воспроизведении на основе проприорецепции (при выключении зрения) амплитуды движений, а также временны́х отрезков (Г. И. Борягин, 1959; М. Ф. Пономарев, 1960, и др.). По мнению этих исследователей, наличие переводов свидетельствует о преобладании возбуждения, а наличие недоводов — о преобладании торможения.

Эти представления находят подтверждение как в опытах с фармакологическими воздействиями на человека, так и в исследованиях, проводимых на различном эмоциональном фоне испытуемого. Так, прием обследуемыми кофеина, усиливающего возбуждение, приводит к увеличению срывов дифференцировок (по которым судят о выраженности торможения) и возрастанию количества переводов при воспроизведении амплитуд движений. Прием же брома, усиливающего тормозной процесс, уменьшает количество срывов дифференцировок и увеличивает число недоводов при воспроизведении амплитуд (Г. И. Борягин, М. Ф. Пономарев). В состоянии предстартового возбуждения, регистрируемого как по самоотчету спортсменов, так и по ряду физиологических показателей (пульсу, артериальному давлению, тремору и т. п.), резко увеличивается число переводов воспроизводимых амплитуд движений, а в состоянии заторможенности (при скуке, сонливости) возрастает число недоводов.

Однако все это говорит о соотношении возбуждения и торможения по их *величине* (*интенсивности*), но не по силе в смысле выносливости нервной системы, как понимал баланс И. П. Павлов. Однако так сложилось, что всегда имелся в виду баланс именно в павловском его толковании, и никто не обращал внимания на то, что легче всего (и ближе к истине) говорить о соотношении величины возбуждения и торможения и изучать влияние именно этого соотношения на поведение и деятельность человека. По крайней мере, имеющиеся у физиологов и психологов методы изучения баланса нервных процессов не дают возможности рассчитывать на большее.

Особенностью изучения баланса между возбуждением и торможением по их величине является то, что о нем судят по *интегральной* характеристике, результирующей противоборства этих двух процессов (или систем реагирования — возбудительной и тормозной). Таким образом, у разных людей сравниваются не выраженность возбуждения или торможения, а какой из процессов берет верх над другим. Поэтому теоретически одна и та же типологическая особенность у двух субъектов (например, преобладание возбуждения над торможением) может базироваться на разных уровнях выраженности того и другого. Так, у одного субъекта преобладание возбуждения над торможением происходит при высокой интенсивности обоих, а у второго преобладание возбуждения может наблюдаться при слабой их выраженности.

Попытка глубже разобраться в физиологической сущности этого свойства привела к выявлению ряда интересных фактов, которые, однако, окончательного ответа не дают. Например, обнаружено, что баланс, как и сила нервной системы, связан с уровнем активации покоя (Е. П. Ильин, 1999). Однако если для силы нервной системы такая связь имеет линейный характер (чем слабее нервная система, тем выше активация в покое), то для баланса — криволинейный: уровень активации (энерготраты в покое на 1 кг веса человека) выше у лиц с уравновешенностью возбуждения и торможения и ниже у лиц с преобладанием возбуждения и торможения (см. рис. 5.7).

Такая криволинейная связь баланса с уровнем активации покоя подтверждается наличием криволинейной связи баланса с силой нервной системы: слабости

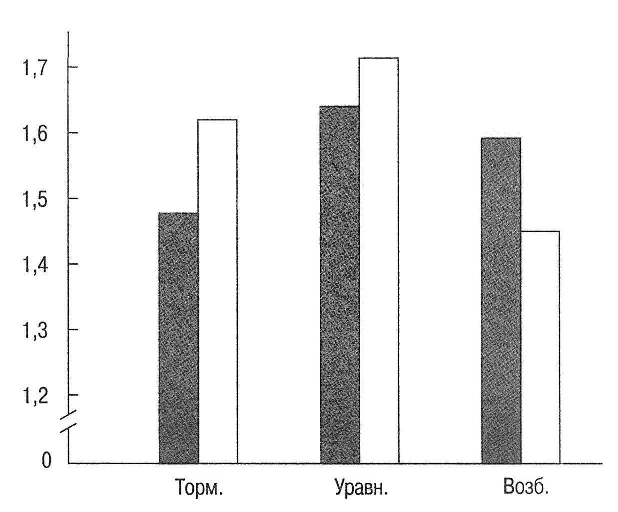
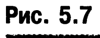


Рис. 5.7



Энерготраты в состоянии физиологического покоя у субъектов с различными типологическими особенностями по балансу нервных процессов. **По вертикали** – энерготраты (кал/кг/ч); **по горизонтали** – типологические особенности по балансу. **Заштрихованные столбики** – «внешний» баланс, **незаштрихованные** – «внутренний» баланс

нервной системы чаще соответствует уравновешенность нервных процессов, а силе — неуравновешенность (преобладание возбуждения или торможения).

В соответствии с обнаруженной связью у уравновешенных уровень активации покоя в среднем должен быть выше, чем у неуравновешенных (поскольку уровень активации выше у «слабых»). Однако обращает на себя внимание одно обстоятельство: средний уровень активации покоя у уравновешенных ниже такого же показателя у слабых (вероятно, потому что не все уравновешенные имеют слабую нервную систему, т. е. наибольший уровень активации покоя).

Эти факты, хотя и не дают прямого ответа на вопрос о физиологической природе изучаемого свойства нервной системы, наталкивают на мысль, что при рассмотрении соотношения между возбуждением и торможением следует, очевидно, отказаться от, казалось бы, простой и очевидной схемы: баланс — это прямая линия, на верхнем конце которой господствует возбуждение, а на нижнем — торможение; уравновешенность же — срединная точка на этой линии, свидетельствующая о средней выраженности того и другого процесса. Полученные данные не укладываются в подобную схему: преобладание возбуждения и преобладание торможения — не два полюса одной прямой, а отношения между ними гораздо сложнее, и *уравновешенность не является промежуточной (срединной) инстанцией между ними.*

Это предположение подкрепляется и другими фактами. Первый состоит в том, что при измерении «внешнего» баланса в середине ночи сразу после пробуждения обследуемых было выявлено: «возбудимые» и «тормозные» по дневным измерениям ночью переходили в разряд уравновешенных. Если переход первых в уравновешенные удивления не вызывал и соответствовал представлениям об усилении тормозных процессов во время сна, то переход «тормозных», что должно расцениваться как усиление возбуждения, никак не укладывался в общепринятые представления. Правда, такой переход наблюдался не у всех испытуемых, но все же показатели 9 из 17 «возбудимых» и 12 из 17 «тормозных», что ночью перешли в разряд уравновешенных (Е. П. Ильин и М. И. Семенов, 1969).

Обратил на себя внимание и тот факт, что ночью повысилась точность воспроизведения, как будто бы испытуемым стало легче выполнять задание экспериментатора. Этот факт навел на мысль, что в полудремотном состоянии люди освобождались от давившего на них днем и мешавшего действовать раскрепощенно мотивационного фактора. Наблюдение за поведением испытуемых во время ночного эксперимента, когда у них было одно желание — скорее отделаться от экспериментатора и продолжить сон, позволило предложить: и худшая точность воспроизведения, и частое появление случаев с преобладанием возбуждения или торможения при дневных измерениях могли быть следствием желания испытуемого выполнить задание экспериментатора как можно лучше. Ночью же это «давление» на двигательные действия обследуемых либо исчезало, либо значительно ослаблялось, отсюда в том и другом случае управление движениями было разным.

Еще в одном исследовании вмешательство стремления «сделать лучше» в управление точностными движениями было устранено благодаря гипнозу (Е. П. Ильин, С. К. Малиновский, 1981). Испытуемые, у которых баланс измерялся в состоянии бодрствования, вводились в первую стадию гипноза, во время которой они выполняли под команду экспериментатора ту же самую пробу для определе-

ния баланса. Из 16 человек у 3 было в обычном состоянии преобладание возбуждения, и именно их не удалось перевести в гипнотическое состояние и выяснить, достигнут ли они уравновешенности. Однако для нас важнее было выяснить, придут ли к последней лица с преобладанием торможения (таких мы подобрали 6 человек). Наши ожидания подтвердились: 5 из 6 испытуемых в состоянии гипнотического сна перешли в уравновешенные.

Таким образом, подтвердились результаты эксперимента с прерыванием естественного ночного сна. А это значит, что в полусонном состоянии наши испытуемые *освобождались* как от тормозных, так и от возбудительных влияний на управление движениями на точность в пространстве. Чем вызваны эти влияния, можно только предполагать (скорее всего они проистекают из лобных отделов больших полушарий, в которых находятся интегративные центры, заведующие сознательными актами человека). При блокировании во время сна таких влияний центры управления движениями переходят на автоматизированный и более оптимальный режим. Соответственно можно предположить, что уравновешенность нервных процессов является исходной базовой характеристикой при автоматизированном режиме работы нервных центров, а преобладание возбуждения или торможения — искажение этого соотношения нервных процессов в результате вмешательства другого уровня управления, связанного с активным привлечением внимания человека к выполняемому заданию, с его желанием выполнить таковое как можно лучше. Какое соотношение между возбуждением и торможением проявится у данного человека, зависит, вероятно, от его типа реагирования на ситуацию: у одних типичная — возбудительная реакция, у других — тормозная, у третьих же возникает индифферентная реакция или вообще таковая отсутствует, поэтому у них проявляется базовое соотношение между возбуждением и торможением, т. е. их уравновешенность.

Несмотря на то что данное объяснение природы баланса не больше чем гипотеза, только оно позволяет на данном уровне наших знаний как-то объяснить те факты с изменениями баланса и его связь с уровнем активации покоя, которые были выявлены. Ясно только одно: сущность свойства уравновешенности по величине возбудительных и тормозных реакций нуждается в дальнейшем изучении, и на этом пути нас ожидает, вероятно, еще много неожиданного.

Есть основания полагать, что баланс между величиной возбуждения и торможения на разных контурах регулирования центральной нервной системы выражен неодинаково. Так, кроме баланса, о котором речь шла выше и названного «внешним», существует и другой вид баланса, названный «внутренним». Он получил такое название потому, что, с одной стороны, не реагирует на изменение эмоционального состояния человека, например на предстартовое возбуждение; с другой — отражает уровень активации, связанный с потребностью в двигательной активности, т. е. этот баланс связан с более глубинными (внутренними) процессами в центральной нервной системе.

Нетождественность «внешнего» и «внутреннего» баланса показывает ряд фактов. Во-первых, между ними нет прямых корреляций (ни положительных, ни отрицательных). Во-вторых, при ряде состояний человека (монотонии, психическом пресыщении) сдвиги по этим балансам бывают разнонаправленными: сдвигу «внешнего» баланса в сторону возбуждения соответствует сдвиг «внутреннего» в сторону торможения, а сдвигу «внешнего» баланса в сторону тормо-

жения соответствует сдвиг «внутреннего» в сторону возбуждения. Это связано с механизмами саморегуляции уровня активации в центральной нервной системе, «переливанием» активности из одного уровня регуляции в другой (А. А. Крауклис, 1963). В-третьих, у «внешнего» и «внутреннего» баланса имеются свои специфичные проявления в особенностях поведения и деятельности спортсменов, что находит отражение и в том, сколь часто встречаются типологические особенности проявления этих свойств у представителей различных видов спорта. Например, если преобладание возбуждения по «внешнему» балансу более типично для спортсменов, специализирующихся в «коротком» спринте, то преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу присуще спортсменам, предпочитающим «длинный» спринт, который требует скоростной выносливости.

Возможно, в этих двух видах баланса проявляют себя две системы активации — ретикулярная формация и гипоталамус. Однако само наличие этих систем как самостоятельных оспаривается некоторыми физиологами.

«Внутренний» баланс также связан криволинейной зависимостью с уровнем активации покоя: наибольший уровень таковой наблюдается у лиц с уравновешенностью (однако он ниже, чем у лиц с уравновешенностью по «внешнему» балансу).

Большинство методик изучения баланса возбуждения и торможения (рефлексометрическая методика Ю. А. Поворинского, кожно-гальваническая методика В. С. Мерлина и др.) основаны на выработке положительных и тормозных реакций и учитывают количество сорванных дифференцировок (т. е. реакций на тормозной раздражитель). Критерии деления на уравновешенных и неуравновешенных хотя и количественные, но весьма условные, а главное, дающие возможность судить о сдвиге баланса только в одну сторону — возбуждения. Сдвиг же баланса в сторону торможения не учитывается. В связи с этим данные методики не позволяют проводить полноценную диагностику типологических особенностей по «внешнему» балансу и в данном пособии не рассматриваются.

5.4. Свойства нервной системы и гормоны

Хотя психофизиологи еще далеки от понимания конкретных механизмов проявления типологических особенностей, все же есть основания полагать, что постепенно они приближаются к этому. Как показывают некоторые, пока очень малочисленные исследования, решение вопроса о природе свойств нервной системы упирается в изучение *типологических особенностей функционирования гормональных систем организма*, т. е. требуется биохимический уровень исследования проблемы типических различий.

Существуют данные о влиянии некоторых гормонов на поведенческие характеристики. Например, серотонин, гормон центральной нервной системы, влияет на двигательную активность человека. Высокая его концентрация соответствует высокой активности, а низкая приводит к пассивности, снижает тонус мышц. Соответственно рождается ассоциация с особенностями проявления типологических особенностей по «внутреннему» балансу: не являются ли высокая двигательная активность людей с преобладанием возбуждения и малая двигательная активность тех, у кого преобладает торможение, следствием генетических различий между людьми в содержании данного гормона?

Может быть, не случайно направленность изменений «внутреннего» баланса у школьников в течение года, выявленная А. П. Пинчуковым (1974в), удивительным образом совпадает с направленностью изменений содержания серотонина в крови школьников в течение учебного года, выявленных И. А. Корниенко (оба автора получили данные независимо друг от друга, выполняя исследования в разных учреждениях и в разных городах). Можно полагать на основании сопоставления этих данных, что ограничение двигательной активности в течение учебной четверти приводит к накоплению серотонина, который создает повышенную потребность в двигательной активности, что видно и по сдвигу «внутреннего» баланса в сторону возбуждения. Во время каникул двигательная активность увеличивается, происходит «разрядка» возникшей потребности, что приводит к снижению концентрации серотонина и сдвигу «внутреннего» баланса в сторону торможения или уравновешенности.

Но если сказанное выше — только предположение, то В. С. Горожаниным (1987) получены прямые доказательства связи свойств нервной системы с гормонами. Так, у лиц со слабой нервной системой найдена более высокая концентрация адреналина, адрено-кортикотропного гормона и кортизона в плазме крови с преобладанием продукции адреналина над норадреналином (в четыре с лишним раза). Для лиц с сильной нервной системой характерны умеренные величины АКТГ, кортизола и преобладание продукции норадреналина над адреналином. Заметим, что адреналин называют «гормоном тревоги», и не случайно личностная тревожность по многим данным выше у лиц со слабой нервной системой.

В нашей лаборатории тоже были выявлены связи силы — слабости нервной системы и баланса между возбуждением и торможением с рядом гормонов. В частности, обнаружено преобладание продукции адреналина над норадреналином у лиц со слабой нервной системой, что подтверждает данные В. С. Горожанина. Можно привести и свидетельства М. Каррутерса, который в течение 20 лет изучал гормональные уровни сотен мужчин и женщин, поставленных в стрессовые условия. Он обнаружил, что у одних, не владевших собой в этой ситуации, выделялся эпинефрин — гормон, вызывающий беспокойство. У тех же, кто владел собой, вырабатывался гормон норэпинефрин, вызывающий удовольствие, делающий стрессовые моменты приятными. А теперь вспомним, какая характеристика присуща лицам с сильной нервной системой: «А он, мятежный, просит бури, как будто в бурях есть покой» (М. Ю. Лермонтов). Возможно, что лица с сильной нервной системой — это те, у кого при стрессовых ситуациях вырабатывается норэпинефрин, а лица со слабой нервной системой — те, у кого вырабатывается в той же ситуации эпинефрин.

Чаще всего применяются характеристики, основанные на соотношении разных эндокринных систем, например адреналиновой и норадреналиновой. Однако биохимические индивидуальные свойства определяются не только эндокринной системой, но и индивидуальным строением белковых молекул клетки, метаболитами, выделяемыми клетками, тканями и органами. При этом в каждой биохимической реакции участвуют различные эндокринные железы, ткани и органы. Поэтому по биохимической реакции мы не в состоянии судить о каких-либо конкретных биохимических свойствах индивидуальности. К тому же некоторые органы, например гипоталамус, гипофиз, одновременно осуществляют и эндокринную и нервную функции, что еще в большей степени затрудняет сопоставление свойств нервной системы с биохимическими свойствами. При таком положении вещей для разрешения нашей проблемы (интегральной индивидуальности. — *Е. И.*) малоэффективны имеющиеся в литературе

сопоставления свойств нервной системы с функцией отдельных эндокринных желез (см.: Кортико-висцеральные взаимоотношения и гормональная регуляция, 1963).

Мы в состоянии достаточно обоснованно утверждать единственное – существование связи отдельных показателей и симптомокомплексов свойств нервной системы с отдельными проявлениями биохимической индивидуальности (В. С. Мерлин, 1986, с. 53–54).

5.5. Возрастно-половые особенности проявления свойств нервной системы

Вопреки бытующему мнению, что типологические особенности свойств нервной системы, как и темперамент, остаются в течение жизни неизменными, исследования показывают, что это далеко не так. В ряде работ выявлено, что они изменяются в различные возрастные периоды становления человека.

Изменение силы нервной системы. По данным А. П. Крючковой и И. М. Островской (1957), к концу первого года жизни ребенка сила нервной системы увеличивается. В. Э. Чудновский (1963) отмечает, что у дошкольников имеется слабость нервной системы, которая выражена тем меньше, чем меньше возраст детей. Таким образом, уже из этих данных следует: чем старше возраст детей, тем сильнее становится их нервная система. Исследование А. М. Сухаревой (1972) данного вопроса при обращении к школьникам подтвердило эту закономерность. Как видно на рис. 5.8, от 7 до 16–17 лет количество учащихся, имеющих слабую нерв-

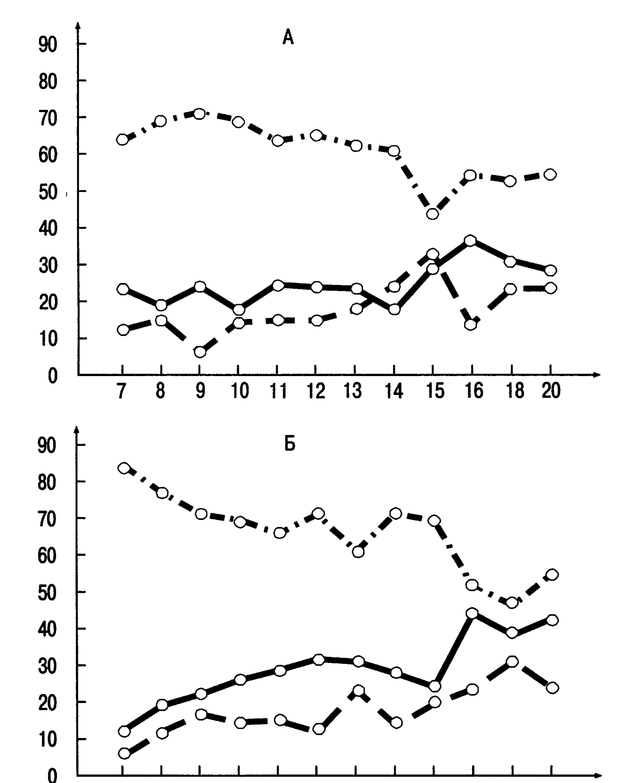


Рис. 5.8

Изменение с возрастом количества лиц с различной силой нервной системы. **По горизонтали** – возраст, годы; **по вертикали** – число случаев, %. **Сплошная линия** – сильная нервная система, **пунктирная** – средняя сила, **штрихпунктирная** – слабая нервная система. А – данные для лиц мужского пола, Б – данные для лиц женского пола

ную систему, уменьшается, а имеющих сильную и среднюю нервную систему увеличивается. Эта закономерность выражена как у лиц мужского, так и женского пола, но у последних более ярко (девочек 7–8 лет со слабой нервной системой больше, чем их сверстников — мальчиков). Снижение среди девочек от 7 до 17 лет числа лиц со слабой нервной системой выявлено и Ж. Е. Фирилевой (1974). В возрасте 18–25 лет происходит некоторая стабилизация числа лиц с сильной и слабой нервной системой. При этом исчезают и различия в количестве людей с сильной и слабой нервной системой между мужчинами и женщинами.

Изменение подвижности нервных процессов. Существует ряд работ, в которых свойство подвижности изучалось у людей разного возраста. Однако сопоставить эти данные и вынести суждения о закономерностях возрастных изменений такого свойства нервной системы сложно потому, что в этих исследованиях использовались разные показатели, не являющиеся прямыми показателями подвижности и поэтому выделенные в послепавловский период в отдельные динамические характеристики. Например, Л. Н. Куркчи и Г. В. Попов (1968), Н. В. Кольченко (1967), С. И Молдавская (1965) использовали максимальный темп, который может усвоить испытуемый. По усвоению заданного темпа зрительных сигналов судил о подвижности и Р. Л. Рабинович (1965). Понятно тогда и различие в мнениях относительно того, как с возрастом изменяется свойство подвижности.

Вместе с тем быстроту исчезновения нервных процессов в качестве критерия подвижности — инертности изучали немногие авторы. А. И. Шлемин (1968) измерял реакцию последействия при предъявлении тормозного раздражителя детям 11–16 лет. Более высокая подвижность отмечена им в возрасте 13–14 лет. Уменьшение времени последействия в возрасте с 5 до 17 лет отмечена П. П. Балевским (1963). В то же время Н. И. Касаткин (1948) утверждал, что подвижность нервных процессов с возрастом ухудшается.

Более полная картина возрастных изменений подвижности возбуждения и торможения (по длительности реакции последействия) представлена в работах Н. Е. Высотской (1972б), А. Г. Пинчукова (1974а) и Ж. Е. Фирилевой (1974), обследовавших в общей сложности около 2500 человек. Этими авторами выявлена одна и та же закономерность: снижение подвижности возбуждения у детей в период от 6–7 лет к 8–9 годам, затем рост подвижности во время полового созревания (11–14 лет), новое, но менее выраженное снижение подвижности с 14 до 16 лет и некоторая стабилизация в возрасте 17–20 лет (см. рис. 5.9). Почти такая же динамика прослеживается и в отношении подвижности торможения.

Обращает на себя внимание тот факт, что среди мальчиков 7–16 лет количество лиц с подвижностью нервных процессов больше, чем среди девочек (рис. 5.10).

Можно предполагать, что выявленное в ряде работ увеличение числа детей 6–7 лет с подвижностью нервных процессов (по сравнению с 5-летними и 8–9-летними детьми) тоже связано с гормональным всплеском, так как в этом возрасте, по данным возрастной физиологии, усиливается выработка в организме мужского полового гормона.

Изменение баланса нервных процессов. По поводу возрастных изменений баланса нервных процессов также имеются противоречивые свидетельства, во многом связанные с различием методических приемов его изучения. Некоторыми авторами отмечается наличие большого количества детей с преобладанием возбуждения в период полового созревания (Г. П. Антонова, 1968; А. И. Шлемин, 1968;

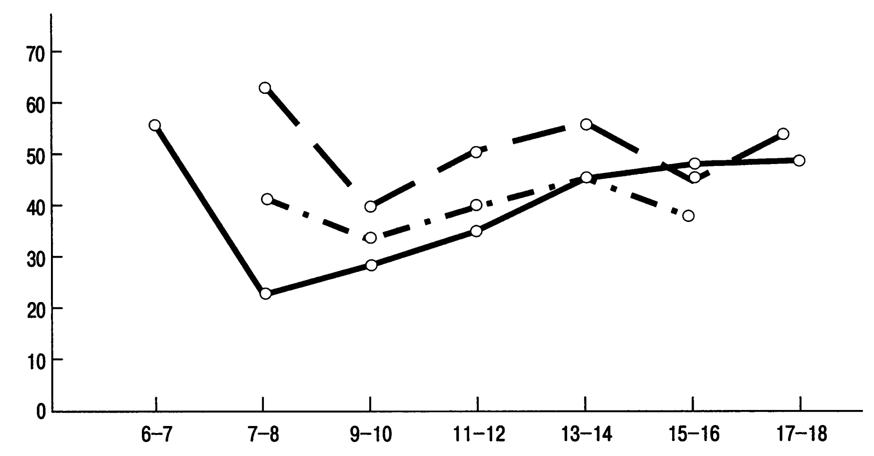


Рис. 5.9. Изменение с возрастом подвижности возбуждения. **По горизонтали** – возраст, годы; **по вертикали** – количество лиц, %. **Сплошная линия** – данные Н. Е. Высотской, **пунктирная** – Ж. Е. Фирилевой, **шрихпунктирная** – А. Г. Пинчукова

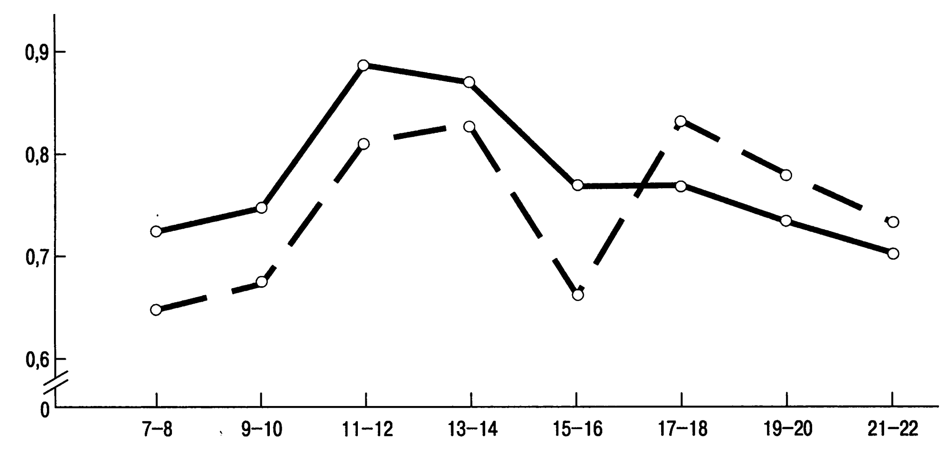


Рис. 5.10. Изменение с возрастом подвижности возбуждения у лиц мужского и женского пола (Н. Е. Высотская, 1972). **По горизонтали** – возраст, годы; **по вертикали** – степень подвижности (в условных единицах). **Сплошная линия** – данные лиц мужского пола, **пунктирная** – данные лиц женского пола

П. П. Балевский, 1963), что затрудняет образование у этих детей дифференцировок при выработке условных рефлексов. По данным сотрудников А. Г. Иванова-Смоленского, в возрасте от 5 до 12 лет усиливается внутреннее торможение, что приводит к все большей уравновешенности нервных процессов.

Как уже говорилось, мною выделяются два вида баланса нервных процессов — «внешний» и «внутренний».

Изучение возрастных изменений *«внешнего» баланса* (М. И. Семенов, 1972; А. Г. Пинчуков, 1974; Ж. Е. Фирилева, 1974) показало: в младшем школьном возрасте преобладают дети с уравновешенностью нервных процессов (как среди мальчиков, так и среди девочек). Лиц с преобладанием торможения значительно меньше, но еще меньше тех, у кого преобладает возбуждение (рис. 5.11).

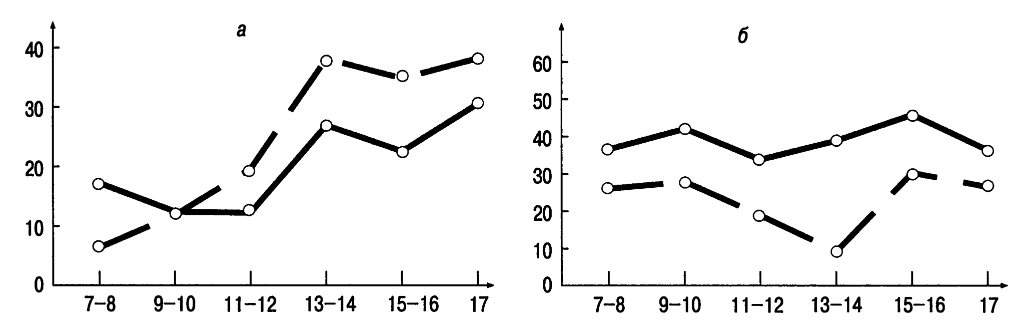


Рис. 5.11. Изменение с возрастом «внешнего» баланса. **По вертикали** – число лиц, %; **по горизонтали** – возраст, годы; *а* – изменение числа случаев с преобладанием возбуждения, *б* – изменение числа случаев с преобладанием торможения. **Сплошная линия** – данные Ж. Е. Фирилевой (1974), **пунктирная линия** – данные М. И. Семенова (1972)

Однако с 10 лет у девочек и с 11 лет у мальчиков соотношение между этими типологическими группами начинает изменяться в сторону увеличения числа детей с преобладанием возбуждения (сначала за счет уменьшения числа тех, у кого преобладает торможение, а затем и за счет снижения числа их сверстников с уравновешенностью). Максимальное возрастание количества детей с преобладанием возбуждения приходится у девочек на возраст 14 лет, а у мальчиков — на возраст 15 лет, т. е. на период полового созревания.

Рис. 5.12. Изменение с возрастом «внутреннего» баланса (А. Г. Пинчуков, 1974). **По горизонтали** – возраст, годы; **по вертикали** – число случаев, %. **Сплошная линия** – данные лиц мужского пола, **пунктирная** – данные лиц женского пола. *а* – преобладание возбуждения, *б* – уравновешенность, *в* – преобладание торможения

Тогда же начинает проявляться качественно новый сдвиг баланса в обратную сторону: на фоне большого числа лиц с преобладанием возбуждения увеличивается количество тех, у кого отмечается преобладание торможения. Особенно заметен этот процесс у девушек. В возрастной период от 14–15 лет до 18–19 лет резко снижается количество лиц с уравновешенностью нервных процессов.

«Внутренний» баланс, по данным этих же авторов, изменяется с возрастом так же, как и «внешний». Различие заключается лишь в сроках появления фаз: по «внутреннему» балансу смена фаз начинается на 2 года раньше. В младшем школьном возрасте преобладают дети с уравновешенностью нервных процессов, в возрасте 9–11 лет резко увеличивается число детей с преобладанием возбуждения. В 14–15 лет вновь в большинстве лица с уравновешенностью нервных процессов при значительном увеличении числа тех, у кого преобладает торможение (рис. 5.12).

ГЛАВА 6

Методические вопросы изучения свойств нервной системы

6.1. «Произвольные» и «непроизвольные» методики изучения свойств нервной системы

Считалось, что метод изучения свойств нервной системы с помощью условных рефлексов имеет то несомненное преимущество, что позволяет исключить произвольные реакции человека, которые могут мешать диагностике из-за сознательного искажения обследуемым получаемых результатов. Отсюда и возникло в лаборатории Б. М. Теплова требование использовать для диагностики типологических особенностей только «непроизвольные» реакции и основанные на них «непроизвольные» методы. Автор считал, что «методики произвольных реакций», или «произвольные» индикаторы, имеют лишь чрезвычайно ограниченные возможности для изучения свойств нервной системы, поскольку они неизбежно адресуются к сплаву черт природных и приобретенных, а стало быть, как пишет В. Д. Небылицын, «выявляют не свойства нервной системы как таковые, а в лучшем случае индивидуальные модификации используемых в опыте реакций под комплексным влиянием свойств нервной системы и приобретенного опыта» (1966, с. 12).

В этом сплаве врожденное может быть абсолютно замаскировано приобретенным в процессе жизни.

Достоинством непроизвольных методик В. С. Мерлин считает следующее:

- они дают возможность освободиться от маскирующего эффекта ранее образованных связей и выработать у испытуемого действительно новые условные связи;
- с их помощью изучаются свойства нервной системы при наименьшем и наиболее просто учитываемом влиянии со стороны второй сигнальной системы;
- они дают возможность выделить отдельные свойства нервной системы (автор, очевидно, полагал, что в произвольных реакциях проявляются сразу несколько свойств).

У такой позиции психофизиологов было двоякое последствие. С одной стороны, она заставила исследователей разборчивее и строже относиться к показателям, с помощью которых судят о типологических особенностях. С другой — приве-

ла практически к полному игнорированию произвольных методик при изучении свойств нервной системы. Автору достаточно было указать в работе, что типологические особенности изучались с помощью произвольных реакций человека, чтобы вызвать недоверие к полученным результатам. И если первое следствие можно рассматривать в качестве положительного, позволившего уйти, как отмечал Б. М. Теплов, от опасности незаметной для самого исследователя подмены изучения свойств нервной системы изучением сложившихся форм поведения[1], то второе, думается, было неоправданным, надолго задержавшим успешное изучение типологических особенностей у человека.

Слабость позиции исследователей, выступающих против «произвольных» методик, состоит в следующем.

1. В настоящее время стало очевидным, что вырабатывать у человека условные рефлексы в полной изоляции от его психического (произвольного) контроля невозможно. Активность человека, степень его произвольного внимания к условному раздражителю играют большую роль в формировании условно-рефлекторных реакций. Да и методически исключить произвольные двигательные реакции оказалось невозможно. Например, в лаборатории В. С. Мерлина выработка кожно-гальванического условного рефлекса была основана на подкреплении условного раздражителя произвольной двигательной реакцией — нажимом испытуемого на «грушу». Не случайно, защищая так называемые «непроизвольные» методики, В. С. Мерлин все же писал, что между двумя видами реакций — произвольными и непроизвольными — трудно провести границу, поскольку наряду с бесспорно произвольными и непроизвольными реакциями имеются и промежуточные формы.

Заслуживает внимания его тезис, что решающим для вопроса о том, к какой группе относится методика, будет не столько характер реакций, на которых строится таковая, сколько характер процессов, служащих предметом изучения. Это положение В. С. Мерлина согласуется с высказыванием Б. М. Теплова, утверждавшим: важно, чтобы индикатор, по которому мы судим о типологических особенностях, был «непроизвольным», сама же методика может относиться к произвольным.

Таким образом, со временем произошла существенная эволюция во взглядах на «непроизвольность» приемов изучения свойств: вместо отстаивания непроизвольных реакций, с помощью которых изучаются свойства, стали говорить о «непроизвольных» показателях типологических особенностей, получаемых при произвольных реакциях человека.

«Непроизвольные» показатели нейродинамических особенностей — это *вторичная информация*, получаемая в процессе выполнения обследуемым тестов, о которой тот не подозревает и, следовательно, не может ее преднамеренно исказить.

2. Слабость позиции сторонников «непроизвольных» методов изучения свойств нервной системы состоит и в том, что они считают, будто приобретенный человеком в течение жизни опыт маскирует в произвольных методиках врожденные типологические особенности. Если это касается свойств характера и темперамента, спорить не приходится: в них действительно может проявляться и маскировка, и влияние опыта. Но Б. М. Теплов говорил о том, что, когда изучаются свойства

[1] Такое произошло, в частности, с эргометрической методикой определения силы нервной системы, где за последнюю принимали просто более высокую работоспособность человека.

нервной системы, исследователя интересуют не особенности навыков, не уровень знаний, не разница в поведении, а особенности проявления свойств нервной системы, влияющих на приобретение знаний и навыков, на поведение человека. А раз так, то возникает задача отделить врожденное от фенотипа, т. е. сплава врожденного и приобретенного. «Произвольные» же методики, по мнению Б. М. Теплова, не дают возможности осуществить это.

Кстати, И. П. Павлов тоже говорил о «маскировке», но не отдельных свойств нервной системы, а типа высшей нервной деятельности, а ведь это не одно и то же. Можно замаскировать особенности поведения, но как можно замаскировать то, о чем обследуемый не подозревает (типологические особенности проявления свойств нервной системы)? Спортсмен, например, может использовать различные стили деятельности на соревнованиях (т. е. по-разному себя вести), но если о его типологических особенностях судить по вторичной информации, получаемой при лабораторном тестировании, а не по используемому спортсменом стилю, никаких искажений в диагностике типологических особенностей происходить не будет. Маскировка свойств нервной системы отмечается только в случае использования для их диагностики опросников.

В связи со сказанным следует признать, что маскировке подвергаются не типологические особенности свойств нервной системы, а *проявление* таковых в деятельности, общении через мотивы, способности, стиль деятельности и т. п. При этом чем меньше влияют типологические особенности на какую-либо психологическую характеристику личности, тем в большей степени может проявиться маскировка, т. е. приобретенный опыт.

Соответственно возникает другой важный методологический вопрос: правомерно ли судить о типологических особенностях проявления свойств нервной системы человека, используя методы наблюдения и опроса.

6.2. О методах наблюдения и опроса при изучении свойств нервной системы

В павловской лаборатории метод выработки условных рефлексов для изучения типологических особенностей сочетался с методом наблюдения. Было замечено, что свойства и типы нервной системы проявляются в определенных формах поведения: собаки со слабой нервной системой трусливы, с преобладанием возбуждения над торможением — агрессивны; с подвижной нервной системой — общительны и двигательно активны. Так возник один из способов, позволяющих определить типологические особенности свойств нервной системы, — выявление их по «жизненным проявлениям».

Однако постановка диагноза о типологических особенностях на основании изучения поведения методом наблюдения подверглась критике еще в рамках павловской лаборатории. Было накоплено много фактов, свидетельствующих о том, что особенности поведения могут быть обусловлены условиями жизни и воспитания, а не только врожденными особенностями проявления свойств нервной системы. Например, трусливыми бывают собаки не только со слабой нервной системой, но и с сильной, если щенят воспитывали, держа в страхе. Именно на этом основании И. П. Павлов и выдвинул понятие о фенотипе (характере) как сплаве

генотипа и изменений, связанных с внешней средой, а также сделал вывод, что диагноз типологических особенностей необходимо ставить на основании их экспериментального изучения, а не на основе характеристики поведения.

Е. М. Теплов (1956) также отмечал, что ставить диагноз типа нервной системы *только* на основе наблюдения за поведением возможно лишь при длительном и глубоком изучении данного человека, однако и в этом случае поставленный диагноз будет иметь гипотетический характер.

> ...Накопилось много фактов, говорящих о том, что нет такого простого соответствия между свойствами типа нервной системы и характером поведения: были описаны очень трусливые собаки с сильной нервной системой, спокойные собаки с возбудимой нервной системой, малоподвижные собаки, имеющие, однако, подвижные нервные процессы. На этом основании И. П. Павлов и выдвинул в последние годы своей жизни приведенное выше положение (что поведение животного определяется сплавом врожденного и приобретенного, т. е. фенотипом. – *Е. И.*), сделав из него вывод, что диагноз свойств нервной системы надо ставить на основании экспериментальных испытаний, а не на основе характеристики внешнего поведения. Но это указание Павлова не всегда соблюдалось: даже и в последнее время многие физиологи исходили при диагнозе типа нервной системы только из характеристики поведения животного. Это обстоятельство было отмечено В. К. Красуским (1962), подвергшим принципиальной критике такой подход к определению типа нервной системы.
>
> Можно выдвинуть следующее общее положение: свойства нервной системы не предопределяют никаких строго определенных форм поведения, но образуют почву, на которой легче формируются одни формы поведения, труднее – другие (Б. М. Теплов, 1963, с. 4).

К сожалению, эти предупреждения не были приняты во внимание многими исследователями, особенно психологами спорта, широко использовавшими для суждения о типологических особенностях проявления свойств нервной системы опросники, т. е. *анамнестический* подход, базирующийся на самонаблюдениях спортсменов за особенностями своего поведения, деятельности, общения (И. К. Попеску, 1955; Н. Д. Граевская, 1955; З. И. Бирюкова, 1961; Б. А. Вяткин, 1964; Б. И. Якубчик, 1964; Н. Д. Синани, 1969, и др.).

В принципе исследователей можно понять. Метод наблюдения исследователя за спортсменом занимает много времени. Эксперимент, как правило, требует оснащения аппаратурой, которая не всегда имеется. Опрос же спортсменов не сложен технически и времени занимает немного. Подкупает и то, что таким образом выявляются сразу поведенческие характеристики, т. е. возникает психологический портрет обследуемого. Когда же свойства нервной системы изучаются экспериментально, требуется еще перевести полученные данные на поведенческий понятийный уровень — с физиологического языка на психологический. При экспериментальном подходе исследователь идет от частного (отдельных типологических особенностей проявления свойств нервной системы) к обобщенному (объяснению поведения человека в определенных ситуациях). При методах наблюдения и анамнеза происходит обратное: исследователь через общее пытается понять частное (типологические особенности).

Всю цепь действий исследователя при использовании опросников можно представить следующим образом: благодаря опросу выясняются особенности поведения человека в той или иной ситуации, затем на основании этих особенностей делается заключение, какие типологические особенности обусловливают особенности поведения, а затем благодаря выставленным диагнозам типологических особенностей человеку объясняют, почему он так себя ведет или как поведет

в определенных ситуациях следующий раз. При этом даже не замечается, что субъекту, по существу, ничего нового не сообщается, говорится лишь то, что написал или рассказал о себе он сам, но только «научным» языком. Вся эта процедура аналогична тому, как если бы иностранный текст перевести на русский, а потом с русского опять на иностранный язык.

> Взаимоотношение между свойствами нервной системы человека и особенностями его поведения и его психического склада очень сложно. В понимании этого взаимоотношения особенно опасно руководствоваться легко напрашивающимся словесным параллелизмом. Ведь свойства нервной системы обозначаются словами, которые применяются и при характеристике психических особенностей. Легко напрашиваются такого рода параллели: сильная нервная система – значит сильный характер, сильная воля; подвижные нервные процессы – значит подвижный человек, быстрый в движениях, в решениях, в работе. На самом деле параллелизма такого рода между свойствами нервной системы и психическим складом человека нет. Отношения между ними совсем другие. Они подобны – если воспользоваться образным сравнением – отношению между свойствами почвы и свойствами произрастающих на ней растений. Сильный характер складывается по психологическим законам формирования характера, но у разных людей на различной почве – при разных свойствах нервной системы. При любых свойствах нервной системы может быть сформирован сильный характер, но формирование его будет проходить различно, и на окончательном результате будет сохраняться печать индивидуального своеобразия, отражающего своеобразие данной нервной системы. Однако своеобразие это менее всего может быть сведено к параллелистической формуле: чем сильнее нервная система, тем сильнее характер (Б. М. Теплов, 1963, с. 5).

Конечно, для выявления чисто научных вопросов метод анамнеза, несомненно, ценен, но при условии, что он адекватен решаемой задаче. К сожалению, в отношении изучения свойств нервной системы этого сказать нельзя. Дело в том, что поведенческие реакции человека определяются, как правило, несколькими типологическими особенностями, и какова доля каждой из них в специфике поведения, отмечаемой субъектом, остается неясным. Терпеливым можно быть как за счет большой силы нервной системы, так и за счет инертности возбуждения, и за счет преобладания возбуждения по «внутреннему» балансу. Быстроту движений обеспечивают как слабость нервной системы, так и подвижность нервных процессов, а также уравновешенность и преобладание возбуждения по «внешнему» балансу.

Недостатком опросников является и то, что субъект может исказить свой реальный психологический портрет, выдать идеал за самого себя, либо преднамеренно заретушировать те свои особенности, которые ему по каким-либо причинам не нравятся. Кроме того, в опросниках испытуемый мысленно должен моделировать подчас такие ситуации, в которых он, может быть, никогда и не был. Отсюда домысливание, фантазирование.

Возможность использовать опросники для выяснения типологических особенностей проявления свойств нервной системы пытаются доказать тем, что результаты разделения субъектов на типологические группы с помощью опросников совпадают с результатами такого же деления при использовании инструментальных методик. Кроме того, ссылаются на наличие корреляции между результатами диагностики типологических особенностей тем и другим способом. При этом, однако, забывается, что наличие корреляции само по себе еще мало что говорит. По крайней мере, необходимо иметь в виду не только *тождество* коррелируемых показателей, но и *зависимость одного показателя от другого или зависимость обоих коррелируемых факторов от третьего*, а не друг от друга.

В одной из работ (А. С. Якубовская) сопоставлялись результаты диагностики типологических особенностей с помощью двух методик — произвольных двигательных, разработанных Е. П. Ильиным, и опросника по темпераменту. Как пишет Якубовская, коэффициенты корреляции оказались весьма высокими и достоверными. Следовательно, как отмечает автор, и опросник, и произвольные двигательные методики в равной степени пригодны для определения типологических особенностей. Однако в исследовании Ю. Н. Шувалова (1988) использование этих двух методик дало разные результаты. Изучая связь успешности начального обучения плаванию взрослых с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы, Ю. Н. Шувалов установил следующее. Если диагноз о типологических особенностях ставить на основании обследования произвольными двигательными методиками, то получается: хуже обучаются лица, имеющие типологический комплекс боязливости (слабую нервную систему и пр.); если же диагноз ставился по опроснику, такая связь либо не выявлялась, либо даже более успешными оказывались лица с типологическими особенностям боязливых, что противоречит и здравому смыслу, и имеющимся в науке фактам связи смелости с типологическими особенностями (Н. Д. Скрябин, 1972).

Можно привести и другие случаи несовпадения данных при использовании для определения типологических особенностей свойств нервной системы опросников и экспериментальных методик. Например, Н. Д. Синани доказывает, используя опросник, что у большинства велосипедистов имеется сильная нервная система. По данным же Г. Г. Илларионова (1973), обследовавшего велосипедистов-трековиков и шоссейников, чаще всего встречается слабая нервная система. Я. Стреляу (1982) приводит данные Т. Левовицкого о связи силы нервной системы (определявшейся по опроснику) со школьной успеваемостью. Выявлено, что чем сильнее нервная система, тем выше успеваемость. В то же время, по данным Э. А. Голубевой и ее коллег (1993) и Н. А. Курдюковой (1997), выявлена обратная зависимость: более успевающими оказываются школьники со слабой нервной системой (сила нервной системы определялась инструментальными методиками).

> В нашей области исследования всегда грозит опасность незаметной для самого исследователя подмены изучения свойств нервной системы изучением сложившихся форм поведения. Разработка типологии сложившихся форм поведения — совершенно законная и важная задача. Но незаконно — выдавать ее за типологию нервной системы (Б. М. Теплов, 1963, с. 6).

Получаемые с помощью опросников результаты привели к выводу, что высокая эффективность в учебной, трудовой и спортивной деятельности достигается лицами, имеющими сильную, подвижную и уравновешенную нервную систему (З. И. Бирюкова, 1961; С. М. Вайцеховский, 1971; Н. А. Фомин и В. П. Филин, 1972, и др.). Незаметно ученые обосновали таким путем теорию избранных людей, «сверхчеловеков».

При создании опросников допущены и методические погрешности. Б. З. Докторов и В. И. Секун (1968) при исследовании силы и уравновешенности с помощью опросников показали, что многие жизненные признаки, характеризующие, по мысли авторов опросников, уравновешенность нервных процессов (З. И. Бирюкова, Б. И. Якубчик), имеют значимую нагрузку по фактору «сила нервной системы», и наоборот, жизненные показатели, традиционно считающиеся при-

знаками силы нервной системы, имеют значимые веса по фактору «уравновешенность нервной системы».

Почему же тогда выявляются связи между диагнозами по опросникам и инструментальным методикам? Потому что с помощью опросников выявляются различия в поведенческих реакциях, *которые зависят от типологических особенностей свойств нервной системы*. Соответственно наблюдающиеся корреляции могут служить доказательством валидности инструментальных методик, а не опросников (т. е. свойство, обнаруживаемое с помощью данной инструментальной методики, имеет ожидаемое проявление в поведении или деятельности человека). Ведь правомернее предположить, что способности, склонности, стили деятельности, свойства темперамента и характера зависят от типологических особенностей проявления свойств нервной системы, а не наоборот. О том же, что перечисленные феномены в своих полярных проявлениях не тождественны типологическим особенностям проявления свойств нервной системы, и говорить не приходится.

Итак, главная методологическая ошибка исследователей, пользующихся для изучения свойств нервной системы опросниками, состоит в том, что они отождествляют две различные процедуры: объяснение поведения человека на основании имеющихся у него типологических особенностей и постановку диагноза о типологических особенностях.

Следует отметить, что «сходство» диагнозов по опросникам и инструментальным методикам часто вообще не наблюдается (Е. П. Ильин, 1974).

6.3. Пути повышения надежности диагностики типологических особенностей проявления свойств нервной системы

Существует несколько путей, позволяющих повысить надежность диагностики типологических особенностей: выбор адекватной методики, строгое соблюдение инструкции по проведению обследования, повторность обследования.

В настоящее время, чтобы дать диагноз типологических особенностей проявления свойств нервной системы, используется несколько методик. В лаборатории Б. М. Теплова было сформулировано правило: для надежного диагноза необходимо пользоваться при обследовании одного человека разными методиками. Теоретическим основанием для этого требования послужило представление о том, что разные методики показывают различные грани определенного свойства. Например, одна методика характеризует силу нервной системы со стороны ее выносливости, другая — со стороны чувствительности. Поэтому если у испытуемого обнаруживается с помощью разных методик малая выносливость и высокая чувствительность, то диагноз о малой силе нервной системы надежен, поскольку совпали проявления этого свойства.

Другим положением, обосновывающим необходимость использовать несколько методик, выступает представление о том, что результаты, получаемые при помощи любой из них, зависят не только от изучаемого свойства нервной системы, но и от специфических условий задачи и условий ее выполнения. Наконец, Б. М. Теплов считал, что при любой методике возможна маскировка типологических особенностей. Поэтому он утверждал, что нельзя строить определение любо-

го из свойств нервной системы на основании какой-либо одной методики, сколько бы объективна, надежна и физиологически ясна она ни была. Как результат этих положений в лаборатории Б. М. Теплова возник метод определения типологических особенностей при помощи батареи тестов.

Не говоря уже о сложности диагностирования таким способом типологических особенностей, его неприменимости при массовых обследованиях людей или обследовании в «полевых» условиях, подход, постулированный Б. М. Тепловым, имеет и теоретически уязвимые места.

Во-первых, при вмешательстве парциальности свойств нервной системы разные методики могут давать различные результаты диагностики, и таким образом надежность диагностирования будет не повышаться, а снижаться. Во-вторых, поскольку в каждой методике свои критерии деления на типологические группы, не согласованные с критериями других методик, может получиться так, что по одной методике испытуемый попадет в разряд «сильных» а по другой — в разряд «слабых». Следовательно, ничего, кроме неопределенности, дублирование методиками в этом случае не принесет.

Нельзя согласиться и с приемом, использовавшимся в лаборатории Б. М. Теплова, когда в целях повышения надежности диагностики в факторный анализ включались и первичные показатели диагностирования, по которым диагноз о типологических особенностях не ставится. Например, при поиске индикаторов подвижности нервных процессов в корреляционную матрицу были внесены 36 различных показателей. Такой «валовый» подход к выявлению критериев для диагностики типологических особенностей страдает тем недостатком, что учитываются связи между разными показателями и не выясняются причины их возникновения и физиологических механизмов наблюдаемых явлений. По существу, выявляется синдром показателей, тем или иным образом связанных с каким-либо свойством. Чем больше находится связей, тем вроде бы надежнее диагноз, поскольку учтены все или большинство проявлений данного свойства.

Путь этот с практической точки зрения весьма неэкономный, а подчас и бессмысленный. Зачем, например, дублировать показатель «наклона кривой» при определении силы нервной системы, согласно методике В. Д. Небылицына, еще и сравнением времени реакции на слабый раздражитель, когда и так очевидно, что крутизна наклона зависит от времени реакции на слабый раздражитель, а не на сильный.

Сопоставление диагнозов, получаемых разными методиками, привело к закономерному вопросу: что делать с испытуемыми, диагноз для которых не совпал? В лаборатории В. С. Мерлина их просто исключали из эксперимента, обеспечивая тем самым «чистоту» типологических групп. Но правомерно ли это? И каков все же истинный диагноз у «отсеянных»? Все эти вопросы остаются без ответа. В то же время при обследовании выборок, представляющих различные профессии или виды спорта, нужно выяснить типологические особенности всех без исключения субъектов. Поэтому дублирование методик — не выход из положения.

Более реальным и продуктивным для практики способом повысить надежность диагностирования типологических особенностей является, на наш взгляд, создание таких методов изучения свойств нервной системы, которые имели бы монометричные критерии (т. е. независимые от других свойств), высокую валидность, адекватность задаче обследования субъекта, были бы просты в использова-

нии и не занимали бы много времени на получение диагноза. Тогда становится возможным использовать и другой путь повышения надежности диагностирования — многократное обследование одного и того же субъекта.

Повторные обследования. Необходимость повторных обследований продиктована тем, что текущие состояния субъекта влияют на степень проявления того или иного свойства нервной системы. По этому поводу Б. М. Теплов писал:

> Результаты экспериментов не могут не отражать в известной мере не только постоянные, устойчивые свойства нервной системы, но и временные функциональные состояния... Из этого следует, что если есть возможность, надо повторять любое испытание, не довольствоваться его однократным проведением. Желательно проводить испытания только тогда, когда испытуемый находится — хотя бы по его показаниям — в нормальном состоянии, не утомлен, не имеет поводов для сильного волнения и т. д. К сожалению, в нашей практике это требование пока не реализуется сколько-нибудь систематически, что не может не отражаться на результатах (1963, с. 17).

Колебания физиологических параметров даже в состоянии относительного физиологического и психического покоя все-таки приводят к разбросу получаемых результатов. Поэтому при однократных обследованиях психолог может сомневаться, действительно ли данный субъект относится к определенной типологической группе, не является ли случайностью выявленная особенность проявления изучаемого свойства. Эти сомнения устраняются только повторными обследованиями (как правило, 5–6-разовыми). Рассмотрим данные, полученные нами в одной из работ.

У девяти взрослых лиц типологические особенности проявления свойства подвижности измерялись от 5 до 12 раз. У семи испытуемых совпадение диагноза наблюдалось в 70% случаев и выше, поэтому можно было сделать заключение, что именно преобладающая особенность и является для них характерной. Расхождения в диагнозах чаще всего объяснялись колебаниями показателей около условно принятой нами границы между «подвижными» и «инертными» (0,80; если получаемая величина больше этого значения, то обследуемому ставится диагноз «подвижность», а если она равна этому значению или меньше его — «инертность»).

У некоторых обследуемых устойчивость диагноза потеряна потому, что степень проявления свойства находится близко к этой условной границе. Например, у одного обследованного мы получили следующие значения показателя подвижности (как определяются эти величины, подробно говорится при описании методики изучения подвижности нервных процессов в приложении): 0,87; 0,68; 0,86; 0,81; 0,37; 0,91; 0,85; 0,78; 0,62; 0,65. Как видно из перечня, показатели подвижности разместились в довольно узкой зоне значений (за исключением одного случая) — в диапазоне от 0,62 до 0,91. Однако из-за того, что эта зона пересеклась с границей подвижности и инертности, ему были поставлены следующие диагнозы: подвижный, инертный, подвижный, подвижный, инертный, подвижный, подвижный, инертный, инертный, инертный. Таким образом, оказалось, что в половине случаев он был «подвижным», а еще в половине — «инертным». На самом же деле у данного человека степень выраженности подвижности колеблется от малой до средней, и если ввести зону средней подвижности, то в зону высокой он ни разу не попадает, и, следовательно, нет оснований говорить, что он то инертный, то подвижный.

Приведенный пример показывает, что к постановке диагноза надо подходить диалектично. Заключение о типологической особенности не должно быть ярлы-

ком, раз и навсегда приклеиваемым к субъекту. Всегда нужно помнить о колебаниях показателей и об условности применяемых критериев. Поэтому лучше было бы давать не качественную характеристику — «сильный» — «слабый», «подвижный» — «инертный» и т. д., а определять степень выраженности данного свойства количественно. Но диалектика такова, что и в этом случае мы вынуждены говорить о высокой, средней и низкой степени и возводить между этими зонами условные границы.

Все же шкалы для диагностики типологических особенностей целесообразно делить на три зоны: с высокими, средними и низкими значениями показателей. Тогда колебания физиологических процессов будут в меньшей степени сказываться на постановке диагноза и число совпадающих диагнозов окажется большим.

Наш опыт убеждает: многократность обследования необходима в тех случаях, когда мы проводим *диагностику* отдельных субъектов. Если же изучаются *проявления* свойств нервной системы, то при достаточно больших выборках субъектов закономерности выявляются и при однократном обследовании каждого субъекта.

Соблюдение инструкции о проведении диагностического испытания и корректное использование критерия при делении субъектов на типологические группы представляется необходимым условием надежности диагностики. Мы неоднократно сталкивались с фактами, когда предложенные нами методики и критерии диагностики типологических особенностей самовольно «исправлялись» и «дополнялись» некоторыми исследователями. В отдельных же случаях при описании методик допускаются на первый взгляд незначительные неточности, приводящие, однако, к существенному искажению диагноза о типологической особенности. Это особенно опасно, когда такие ошибки допускаются в публикациях, адресованных массовому читателю.

Конечно, это не значит, что методики и критерии не подлежат критике и улучшению. Но одно дело совершенствовать их, опираясь на понимание и уточнение физиологических механизмов, а другое — допускать вольности в изложении и использовании критериев вопреки физиологическим закономерностям протекания нервных процессов (что и случилось в одной из публикаций) (см.: *Сафонов В. К., Суворов Г. Б., Чесноков В. Б.* Диагностика нейродинамических особенностей. СПб., 1997). Отсюда вытекает требование, чтобы разработкой методов типологической диагностики и их усовершенствованием занимались люди, понимающие сущность изучаемых закономерностей.

Часть третья

Индивидуальные различия в поведении

Наблюдая за людьми, за сложными переплетениями их поступков, эмоционального реагирования, восприятия событий, особенностями общения, преодоления жизненных невзгод, можно заметить не только общее, присущее всем нам, но и характерные различия. Они обусловлены как природными, так и приобретенными в процессе социализации и воспитания свойствами человека. Чтобы понять истоки тех или иных особенностей его поведения, необходимо не только выявлять сами свойства, но и знать их генезис и влияние на определенные особенности поведения. Тогда оно предстанет более предсказуемым и понятным. Именно об этом и пойдет речь в данной части книги.

ГЛАВА 7

Различия в проявлении свойств темперамента

Противоречия в подходах к изучению типов темперамента привели к тому, что постепенно от их рассмотрения перешли к установлению степени выраженности тех или иных свойств темперамента, часто называемых *психодинамическими*. Соответственно и людей стали разделять не по типам темперамента, а согласно его отдельным свойствам. У швейцарского психолога К. Юнга и американского психолога Г. Айзенка (H. Eysenk, 1960) это экстраверсия — интроверсия, у другого американского психолога, С. Даймонда (S. Diamond, 1957), — уровень активности и преобладающий эмоциональный тон, у Н. Д. Левитова (1970) — эмоциональная возбудимость, у В. Д. Небылицына (1976) — общая активность и эмоциональность. Турецкий психолог А. Векслеар (1966) предложил взять за основу деления людей по темпераменту их способность активно или пассивно относиться к окружающему. В первом случае он говорит об автопластии, а во втором — об аллопластии. Ниже даются характеристики людей с различной выраженностью этих свойств.

7.1. Экстравертированные — интровертированные типы

▶ **Экстраверсия — интроверсия** (от лат. *extra* – «вне», *intro* – «внутрь», *versio* – «разворачивать, обращать») – характеристика типических различий между людьми, крайние полюсы которой соответствуют преимущественной направленности человека либо на мир внешних объектов (у экстравертов), либо на собственный субъективный мир (у интровертов).

Термины «экстраверт» и «интроверт» были в английских словарях уже с 1755 г. Однако в научный обиход понятие «экстраверсия — интроверсия» было введено К. Юнгом в начале XX в. для обозначения двух противоположных типов личности, отличающихся своей своеобразной установкой по отношению к объекту: положительной — у экстраверта и отрицательной — у интроверта. При этом К. Юнг подчеркивал, что у каждого человека имеются черты как экстравертированного, так и интровертированного типа. Различие же между людьми состоит *в соотношении* этих черт: у экстраверта преобладают одни, а у интроверта — другие. Подробное изучение этих особенностей людей провели Г. Айзенк и С. Айзенк (H. Eysenk, S. Eysenk, 1968).

Деление людей на типы экстравертов и интровертов осуществляется с учетом таких качеств, как коммуникабельность, разговорчивость, честолюбие, напористость, активность и ряд других.

Личностные особенности экстравертов и интровертов. Интроверты скромны, застенчивы, склонны к уединению, предпочитают книги общению с людьми. Они сдержанны, сближаются только с немногими, поэтому имеют мало друзей, но преданы им. Экстраверты, наоборот, открыты, обходительны, приветливы, общительны, имеют много друзей, склонны к вербальному общению, не любят уединенное чтение или учебу. Они коммуникабельны, разговорчивы, честолюбивы, напористы и активны. Даже если экстраверты спорят, они допускают влияние на себя.

Интроверты не любят сильных впечатлений, контролируют свои эмоции, несколько пессимистичны, неагрессивны, стремятся к спокойной упорядоченной жизни. Экстраверты же стремятся к сильным, ярким впечатлениям, склонны к риску, действуют под впечатлением момента. Они любят перемены, находчивы в разговоре, беззаботны, оптимистичны. Предпочитают действовать, а не рассуждать, склонны к агрессивному поведению, бывают несдержанными.

Интроверты не могут поступить вразрез со своими убеждениями, и если они все-таки вынуждены пойти на это или случайно нарушают внутренние нормы, чувствуют себя плохо и сильно переживают. Они не часто ссылаются на жесткие этические принципы, но сами редко нарушают общеустановленные правила общественной жизни.

Г. Юнг писал, что экстраверты подчиняются внешним требованиям не без борьбы, но верх всегда берут внешние условия. Сознание экстраверта обращено вовне, поскольку оттуда и черпается всегда главное и решающее определение. Его интересуют лица и вещи. Соответственно и поступки такого человека обусловлены и объясняются влиянием последних. Экстраверты склонны делать то, в чем в данный момент нуждается окружающая среда и чего она ждет от него. Экстраверты внушаемы, доступны влиянию других лиц, часто жертвуют собой ради других. По характеристике К. Юнга, им свойственно постоянно растрачивать себя и во все втягиваться, а интроверты защищаются от внешних воздействий, по возможности воздерживаются от всяческих затрат энергии, которые непосредственно относятся к объекту, чтобы занять по возможности более подкрепленную и сильную позицию.

Как отмечают Г. Айзенк и С. Айзенк (1968), экстраверты импульсивны, склонны к риску, а интроверты неимпульсивны, свои действия планируют заранее, придают большое значение моральным и этическим нормам.

Интроверты медленно устанавливают связи и трудно входят в чуждый им мир эмоций других людей. Они с трудом усваивают адекватные поведенческие формы и поэтому часто кажутся «неловкими». Их субъективная точка зрения может оказаться сильнее объективной ситуации.

В некоторых работах зарубежных ученых была отмечена положительная связь между степенью экстраверсии и степенью приспособляемости к сменному труду.

Заслуживает внимания эксперимент, поставленный группой английских ученых во главе с П. Коуном. Они несколько раз в сутки измеряли температуру тела у солдат, перелетевших на самолете из Великобритании в Малайзию. В результате резкого восьмичасового сдвига поясного времени ритм температуры тела после перелета начал сдвигаться по фазе, и через несколько дней соответствие между

этим биоритмом и новым поясным временем было достигнуто. Однако скорость фазового сдвига наблюдаемого ритма различалась в зависимости от степени выраженности двух черт характера, оцениваемых с помощью анкеты Айзенка – экстраверсии и эмоциональной стабильности. Быстрее всего сдвигались ритмы у экстравертов. Правда, почему-то у эмоционально нестабильных экстравертов сдвиг происходил быстрее, чем у эмоционально стабильных. Медленнее сдвигались ритмы у интровертов. Причем самыми консервативными оказались биотритмы у эмоционально нестабильных интровертов (*Путилов А. А.* «Совы», «жаворонки» и другие. Новосибирск; М., 1997. С. 143–144).

Способности и эффективность деятельности экстравертов и интровертов. По данным А. В. Пенской, полученным при обследовании детей 5–7 лет, у экстравертов продуктивность разных видов памяти, особенно образной кратковременной, выше, чем у интровертов. По данным Е. Хорвата и Г. Айзенка (E. Howarth, H. Eysenck, 1968), экстраверты лучше интровертов припоминают информацию, хранящуюся в кратковременной памяти, а те, наоборот, успешнее воспроизводят информацию, которая хранится в долговременной памяти. Правда, эти тенденции подтверждаются не во всех исследованиях.

У экстравертов выше результаты при выполнении задач синтетического типа, а у интровертов — аналитического типа. В то же время интегральные показатели интеллекта (задачи образного и вербального характера) не коррелируют с экстраверсией — интроверсией. И все же считается, что интроверты лучше, чем экстраверты, успевают в школе и вузе, хотя по уровню интеллекта различий между ними нет. Очевидно, подобная разница в успеваемости связана с большим прилежанием и послушанием интровертов.

По данным В. В. Белоуса (1982), экстраверты успешнее выполняют деятельность, связанную с приемом и переработкой информации неопределенного содержания, и менее успешно — связанную с приемом и переработкой определенной информации. Интроверты, напротив, успешнее выполняют деятельность, касающуюся приема и переработки определенной информации, и менее успешно — связанную с приемом и переработкой неопределенной информации.

Р. Драммонд и А. Стоддарт (R. Drummond, A. Stoddard, 1992) обнаружили, что экстраверты не склонны к последовательности, логичности, научности и аналитичности мышления, в то время как для интровертов характерна противоположная картина.

Последние предпочитают теоретические дисциплины, в то время как экстраверты — практические (Wankowski, 1973).

Интроверты более пригодны к тем профессиям (и чаще их выбирают), где выражена монотонность и где требуется пунктуальность. Экстраверты более успешны в качестве продавца и менеджера (Caldwell, Burger, 1998). Причем чем больше предоставляется свободы менеджерам-экстравертам, тем больших успехов они добиваются (Barrick, Mount, 1993). Они удачливее в поиске работы, так как их охотнее принимают на работу после тестирования (DeFruyt, Mervielde, 1999).

У экстравертов и интровертов наблюдается различная способность к выполнению задания в условиях отвлекающих факторов: экстраверты работают лучше, хотя отвлекающие факторы влияли негативно и на них (S. Morgenstern et al., 1974; A. Furnham, R. Bradley, 1997). Интроверты склонны выбирать для занятий наиболее уединенные уголки библиотеки (J. Campbell, C. Hawley, 1982).

Бекан с соавторами (P. Bakan et al., 1963) изучали, как экстраверты и интроверты выполняли задание, требующее постоянной концентрации внимания (в тече-

ние 48 минут испытуемые должны были отмечать четные и нечетные числа) при коллективной работе, а также когда каждый испытуемый был изолирован от других. В итоге получены довольно любопытные результаты (табл. 7.1).

Таблица 7.1

Число правильно отмеченных чисел экстравертами и интровертами при коллективной и изолированной работе

Группа и условия работы	1-й период	2-й период	3-й период
Интроверты			
Коллективно	4,16	4,48	4,19
Изолированно	4,42	4,29	4,32
Экстраверты			
Коллективно	4,71	—	4,10
Изолированно	4,45	—	3,64

Во-первых, экстраверты лучше работали коллективно, чем при изоляции друг от друга, а интроверты эффективнее выполняли работу в условиях изоляции.

Во-вторых, экстраверты лучше всего работали вначале, а затем эффективность их деятельности снижалась. Интроверты же сначала уступали экстравертам, но затем эффективность их работы увеличилась и лишь в третьем периоде снижалась до уровня, который был на начальной стадии работы. Сходная закономерность выявлена и другими исследователями (Wilson et al., 1971; Yates, 1973).

О преимуществе интровертов перед экстравертами при выполнении заданий на бдительность писал Бродбент (1953, 1958). Однако при большой скорости предъявления сигналов, шуме и социальной стимуляции интроверты теряют это преимущество.

А. В. Махнач и Ю. В. Бушов (1988) выявили, что экстраверты при строго регламентированном характере деятельности, протекающей в условиях частичной сенсорной изоляции, в большей степени, чем интроверты, ощущают блокирование коммуникативных потребностей, и это приводит к их повышенной напряженности.

В. А. Петровский и Е. М. Черепанова (1987) показали, что саморегуляция содержания своего сознания (думать или не думать о чем-то) легче происходит у экстравертов с низким нейротизмом (стабильные экстраверты), чем у интровертов с тем же уровнем нейротизма (см. табл. 7.2). Легкость или трудность саморегуляции определялась авторами по двум параметрам: временем подготовки к выполнению задания (не думать о чем-то обусловленном) и временем выполнения задания («недуманья»).

На основании полученных данных авторы пришли к выводу, что акцентуированные экстраверты характеризуются поверхностной рефлексией, а интроверты — избыточной. Обе эти характеристики в равной степени препятствуют организации внимания в составе самоконтроля.

Из-за более тщательного обдумывания своей речи интровертами у них, по сравнению с экстравертами, речь замедленна, с длительными паузами. Интровер-

ты придают большее значение точности и безошибочности работы, что приводит к снижению ее скорости. У экстравертов скорость работы выше, но зато и ошибок больше. Зрительная ориентировка быстрее осуществляется экстравертами. Они же быстрее извлекают информацию из памяти.

Таблица 7.2

Временые параметры саморегуляции содержания сознания

Группа испытуемых	Время подготовки, с	Время процесса, с
Экстраверты стабильные	6,4*	84,6*
Экстраверты нейротичные	18,7*	56,7*
Интроверты стабильные	8,6	34,9*
Интроверты нейротичные	11,5*	53,5

Примечание: *— $p < 0,05$.

У экстравертов более адекватный уровень притязаний, в то время как у интровертов он завышенный.

Роль генетических и средовых факторов. Исследования на моно-и дизиготных близнецах, проведенные в разных странах, выявили роль генетического фактора в проявлении экстраверсии. Так, Д. Лаелин (J. Loehlin, 1992) приводит сводные данные по четырем исследованиям, проведенным на сотнях и тысячах близнецов, из которых следует, что сходство в проявлении экстраверсии значительно выше у монозиготных пар, чем у дизиготных (табл. 7.3).

Таблица 7.3

Величина коэффициента корреляции по выраженности экстраверсии у моно- и дизиготных близнецов

Близнецы	Финляндия	Швеция	США	Англия
МЗ, врозь	0,38	0,30	0,34	0,61
МЗ, вместе	0,33	0,54	0,63	0,42
ДЗ, врозь	0,12	0,04	–0,07	–
ДЗ, вместе	0,13	0,06	0,18	–

Эти данные интересны еще и тем, что изучалось сходство в проявлении экстраверсии у близнецов, живущих вместе и врозь. Как видно из данных таблицы, в Швеции и США была выявлена и роль социального фактора, так как у живущих врозь близнецов сходство было меньшим, чем у близнецов, живущих вместе.

Показано, что коэффициент наследуемости экстраверсии равен 0,5 (Е. А. Сергиенко с соавторами, 1999), что тоже, с одной стороны, указывает на роль наследственности, а с другой — не исключает и влияния факторов среды (социальных) в проявлении экстраверсии — интроверсии (Л. Ивс с соавторами [L. Eav es et al., 1989]; К. Янг с соавторами [K. Jang et al., 1996]). Выявлено также уменьшение с возрастом коэффициента наследуемости экстраверсии (R. Viken et al., 1994).

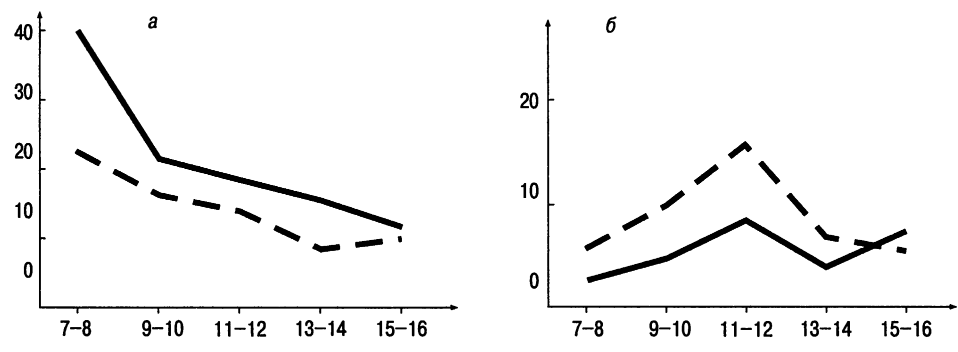


Рис. 7.1. Низкая (*а*) и высокая (*б*) общительность. **По вертикали** – число случаев, %; **по горизонтали** – возраст, годы. **Сплошная линия** – девочки, **пунктирная** – мальчики

Изменения с возрастом экстраверсии — интроверсии. Н. В. Бирюковой с соавторами (1976) показана возрастная динамика параметра экстраверсия — интроверсия (рис. 7.1). Число интровертов среди детей снижается от 7–8-летних к 15–16-летним. Число же экстравертов изменяется по-другому: их максимум отмечен в возрасте 11–12 лет, а к 15–16 годам — снижается, почти достигая уровня 7–8-летних.

Физиологические особенности экстравертов и интровертов. У экстравертов ориентировочная реакция и условно-рефлекторная активационная реакция угасает быстрее, чем у интровертов. Попытки выявить связь между быстротой образования условного рефлекса (обусловливания) и экстраверсией — интроверсией в большинстве случаев успеха не имели (W. Becker, 1960; W. Becker, H. Matteson, 1961; J. Field, J. Brengelmann, 1961).

Грей считает, что у интровертов имеется более реактивная тормозная система (система «наказания»): они более чувствительны к сигналам наказания, фрустрации потребности, более тревожны и боязливы; у экстравертов преобладает реактивность системы «поощрения», поэтому они более чувствительны к сигналам удовлетворения потребности.

По Айзенку (см.: Небылицын, 1966, с. 30), экстраверты характеризуются медленно развивающимся и слабым возбуждением и быстро развивающимся, сильным и медленно затухающим реактивным торможением. Интроверты имеют противоположные характеристики. Отсюда Айзенк сделал вывод, что баланс нервных процессов является физиологической детерминантой эктраверсии — интроверсии. У экстравертов преобладает торможение, а у интровертов — возбуждение. Однако В. Д. Небылицын считает, что для определения реактивного торможения Айзенк использовал не совсем адекватные приемы и тесты. Скорее это пробы на запредельное торможение и на психическое утомление. В связи с этим, заключает В. Д. Небылицын, попытка Айзенка и его сотрудников применить к экстраверсии — интроверсии павловскую концепцию об уравновешенности нервных процессов неправомерна.

Считается, что физиологической основой этого свойства служит различие в порогах возбуждения ретикулярной формации. Высказывается также предположение, что интроверты имеют более высокий уровень активации коры головного мозга, поэтому они быстрее достигают порога запредельного торможения. Все это

характеризует слабую нервную систему. Соответственно выявлено, что у экстравертов сенсорные и болевые пороги более высокие, а у интровертов — более низкие (Д. Грей, 1968; Г. Айзенк [H. Eysenck, 1971]). Кроме того, показано, что препараты, понижающие уровень активации, оказывают «экстравертирующий» эффект на поведение, а стимуляторы — «интровертирующий».

Высокий уровень активации интровертов считается причиной того, что они склонны избегать дополнительной внешней стимуляции, которая может вывести их активацию за оптимальные границы. Вследствие этого интроверты, по сравнению с экстравертами, предпочитают более низкие интенсивности стимуляции. По данным Е. Людвига и Д. Хеппа (E. Ludvigh, D. Happ, 1974), экстраверты в качестве «приятных» предпочитали световые и звуковые стимулы большей интенсивности, чем интроверты. Последние лучше переносят монотонность и сенсорную депривацию (В. В. Белоус, 1977; А. Басс, В. Полей [A. Buss, W. Poley, 1976]; Д. Грей [J. Gray, 1964]; Н. Транел [N. Tranel, 1962]; А. Хилл [A. Hill, 1975]). Правда, по данным других авторов, тесты на психическое насыщение (монотонию) не коррелируют со степенью экстраверсии — интроверсии (Holland, 1960; Eysenck, 1963).

Связи этого свойства темперамента с балансом возбуждения и торможения тоже посвящен ряд публикаций, носящих, к сожалению, в основном теоретический характер.

Прежде всего нужно отметить публикацию Г. Айзенка (H. Eysenk, 1957), связывавшего интровертированный тип поведения с преобладанием возбуждения над торможением, а экстравертированный — с преобладанием торможения, которое медленно исчезает (инертно). Л. Мартон и Я. Урбан (1966) высказали предположение, что интроверты имеют сильную нервную систему и преобладание возбуждения над торможением, а экстраверты — слабую нервную систему и преобладание торможения. С этим не согласился Д. А. Грей (1968), который, наоборот, интровертированность связывает со слабой нервной системой. Его предположение основывается на теоретических положениях, высказанных К. Юнгом и И. П. Павловым, а также на некоторых экспериментально полученных фактах.

К. Юнг считал, что экстраверты предрасположены к истерии, а интроверты — к психастении. Известно, что И. П. Павлов первоначально связывал истерию с преобладанием торможения, а неврастению — с преобладанием возбуждения. Вероятно, Г. Айзенк потому и сделал вывод, что экстраверсия связана с преобладанием торможения, а интроверсия — возбуждения. Как отмечает В. Д. Небылицын (1966), это довольно смелое решение вопроса, поскольку преобладание одного из процессов в патологии еще не говорит, что в норме у этого больного было такое же соотношение между возбуждением и торможением.

Естественно, это предположение, не подкрепленное серьезными фактическими данными, вызвало возражения со стороны ряда исследователей, и в первую очередь со стороны В. Д. Небылицына. Он указывает, что позднее И. П. Павлов изменил свои представления о природе истерии и психастении и связывал их различие с сочетанием слабой нервной системы и художественного типа — в первом случае и слабой нервной системы с мыслительным типом — во втором. Кроме того, и методически, с точки зрения В. Д. Небылицына, Г. Айзенк и его сотрудники допустили ошибку, объединив все виды «внутреннего» торможения (условное, запредельное, дифференцировочное) в один вид — «временное» торможение. Это привело к тому, что потенциал последнего измерялся Г. Айзенком тестами, име-

ющими мало общего с приемами определения динамичности торможения и с индикаторами внутреннего торможения по И. П. Павлову. Такие тесты, напоминающие скорее пробы на выявление психического утомления или на запредельное торможение, не могут, по мнению В. Д. Небылицына, быть индикаторами торможения по И. П. Павлову, и поэтому сравнение динамичности возбуждения (скорости развития условного возбуждения) со скоростью развития «реактивного» (по Г. Айзенку) торможения неправомерно.

Попытку подтвердить гипотезу Г. Айзенка предприняли венгерские исследователи Л. Мартон и Я. Урбан. Авторы рассуждали при этом следующим образом. Согласно В. Д. Небылицыну, низким показателям выработки условного возбуждения часто соответствуют высокие показатели выработки торможения, и наоборот; т. е. имеются антагонистические отношения между тем и другим. По Г. Айзенку, такие же отношения существуют между экстраверсией и интроверсией, определяющей, по его мнению, скорость образования временных связей.

Однако рассуждения авторов неточны, поскольку скорость угашения они приняли за показатель баланса нервных процессов, исходя из тех представлений, что чем быстрее угаснет условная реакция, тем больше торможение превалирует над возбуждением. Между тем скорость угасания выступает скорее показателем инертности нервных процессов, а не баланса между возбуждением и торможением.

Особо следует остановиться на работе английского психолога из Оксфордского университета Д. А. Грея. Он предпринял довольно основательную попытку путем сравнения и обобщения литературных данных доказать, что интровертированность соответствует слабой нервной системе.

Исходной предпосылкой для исследователя стало положение о том, что лица со слабой нервной системой имеют более высокую интенсивность возбудительного процесса, чем с сильной. Приняв это «ключевое понятие павловской теории» (заметим, отнюдь не бесспорное) за параметр уровня активации, Грей перекидывает с помощью этого параметра мостик между параметрами силы и экстраверсии — интроверсии, последний из которых, по Г. Айзенку, связан с уровнем активации.

Некорректность такого подхода состоит в том, что свойство нервной системы, т. е. физиологический показатель, приравнивается к поведенческой характеристике, которая в принципе не может быть тождественна любому свойству нервной системы. Она может быть только их интегральным выражением. Да и сам Д. Грей в своей статье пишет, что не только сила, но и подвижность нервных процессов могут быть двумя подфакторами, формирующими третий — экстраверсию — интроверсию. Правда, в дальнейшем при обсуждении вопроса автор как-то быстро забывает об этой своей точке зрения.

Главная ошибка в его доказательствах, проведенных весьма обстоятельно, такова: обнаружив нечто общее в проявлении силы нервной системы и экстраверсии — интроверсии, автор тут же отождествляет их. Отмечается и предвзятое рассмотрение ряда фактов в пользу своей гипотезы, которые могут быть объяснены с других позиций. Показателен в этом отношении пример с сопоставлением им критической частоты мельканий фосфена (КЧФ) с критической частотой слияния световых мельканий (КЧМ). Правильно подметив, что в трактовке этих показателей в школе Б. М. Теплова имеется явное противоречие (КЧФ рассматривается как показатель силы, а КЧМ — как показатель лабильности), Д. Грей легко соглашается считать и КЧМ показателем силы (очевидно, потому, что в одной

работе была показана связь интроверсии с высокой КЧМ), иначе отпало бы одно из доказательств его гипотезы.

Имеются и другие факты, косвенно опровергающие представления Д. Грея. Так, Г. Айзенком (1973) показано, что в школе лучше успевают экстраверты, так как основной способ обучения — с использованием наглядного материала. В то же время существуют данные, что лучшая успеваемость отмечается у школьников со слабой нервной системой (Э. А. Голубева, 1993; Н. А. Курдюкова, 1997). Следовательно, экстраверты должны скорее быть слабыми, чем сильными.

Косвенный путь доказательства связи экстраверсии — интроверсии с силой нервной системы избрал и К. М. Гуревич (1970). Ссылаясь на то, что интроверты лучше экстравертов выполняют задания, близкие по смыслу к операторским, и что в сходной деятельности более эффективны лица со слабой нервной системой, он утверждает: «слабые» и интроверты имеют много общего. Однако этому выводу противоречат данные его ученика В. Ф. Матвеева, установившего, что с операторской деятельностью лучше справляются субъекты, которые обладают сильной нервной системой.

Проще было бы измерить непосредственно силу нервной системы у экстравертов и интровертов, чем строить сложные косвенные доказательства. Так и сделали П. А. Жоров и Л. Б. Ермолаева-Томина (1971), правда, на малом контингенте испытуемых (35 человек). По данным этих исследователей, экстраверсия чаще совпадает со слабой, а интроверсия — с сильной нервной системой. В лаборатории В. С. Мерлина, напротив, выявлено, что интроверсия связана со слабой нервной системой. В то же время В. М. Криво (1972) не установлено различий по силе нервной системы между экстравертами и интровертами.

В ходе обследования 450 человек (Е. П. Ильин, 1976) были выделены две крайние группы: в одной оказались лица, у которых по опроснику Айзенка было 16 баллов и больше (экстраверты), а во второй — те, у кого результат составил 10 баллов и меньше (интроверты). В этих группах по методике «Теппинг-теста» была определена сила нервной системы. Как видно из табл. 7.4, среди интровертов несколько чаще встречалась средняя ее сила, а среди экстравертов — малая. Однако различия не столь велики, чтобы можно было считать, будто интроверты — это люди с более сильной, а экстраверты — с менее сильной нервной системой. Данные показывают, что эта тенденция проявляется слабо.

Таблица 7.4

Связь экстраверсии — интроверсии с силой нервной системы, % случаев

Группы обследованных	Сила нервной системы		
	большая	средняя	малая
Интроверты (n = 74)	28,4	31,1	40,5
Экстраверты (n = 93)	26,8	22,7	50,5

Все же следует отметить, что такие результаты отчасти совпадают с теми, что получили П. А. Жорова и Л. Б. Ермолаева-Томина.

При изучении связи общительности с силой нервной системой Л. В. Жемчугова (1982) пошла другим путем. Она выявляла общительность с помощью наблю-

дения, эксперимента (совместная деятельность 3–4 испытуемых) и анкетирования. Были выделены динамические стороны общения: потребность в таковом, инициативность в его процессе, легкость вступления в общение, широта круга общения, устойчивость и выразительность общения. При этом была обнаружена разная связь силы нервной системы с этими показателями. Инициативность, легкость вступления в общение и широта круга общения имеют положительную и статистически достоверную связь с силой нервной системы, устойчивость же общения такой корреляции не обнаружила, а выразительность оказалась выше у испытуемых со слабой нервной системой.

Вопреки мнению ряда авторов, что у экстравертов подвижность нервных процессов выше (П. А. Жоров и Л. Б. Ермолаева-Томина), такой зависимости на привлеченной мною выборке не обнаружилось.

О. П. Санникова (1982) изучала соотношение общительности с эмоциональностью человека. Она показала, что широкий круг общения, большая активность последнего в сочетании с ее недолговременностью характерны для лиц с положительными эмоциональными установками (доминированием эмоции радости), а узкий круг и малая активность общения на фоне устойчивости отношений — для лиц, склонных переживать отрицательные эмоции (страх, печаль). Первые более инициативны в общении. К аналогичному выводу пришли А. И. Крупнов, А. Е. Ольшанникова и В. А. Домодедов (1979). В результате корреляционного анализа ими была обнаружена связь между эмоцией радости и такими динамическими сторонами общения, как потребность в нем, его инициативность, легкость, выразительность. Между астеническими эмоциями и активностью общения были выявлены отрицательные связи; в частности, это касается корреляций между «гневом», «страхом» и легкостью и широтой круга общения.

Как выявили И. М. Палей и К. Д. Шафранская (1969), уровень экстравертированности связан с энергетическими характеристиками организма. Так, экстраверты менее реактивны по индексу кожной вегетатики и гемодинамики, чем интроверты: у первых ниже кожное сопротивление, больше потоотделение, выше артериальное давление. Сходные данные получены и М. Д. Дворяшиной (1969): обмен покоя ниже у экстравертов.

Юнг (Jung, 1921) считал, что экстравертированный тип поведения дает в случаях патологического отклонения истерию, а интровертированный — психастению (дистимию, по терминологии Айзенка). Истерия же сопровождается постоянным стремлением производить впечатление на окружающих. О телесном здоровье экстраверт думает недостаточно.

7.2. Ригидные — пластичные типы

Это свойство характеризует быстроту приспособления человека к изменяющейся ситуации. Понятие **ригидность** сродни понятию **персеверация** (H. Eysenk, 1970). Они обозначают инертность, консервативность установок, неподатливость изменениям, вводимым новациям, слабую переключаемость с одного вида работы на другой. **Пластичность**, наоборот, означает легкую податливость изменениям ситуации, легкую смену установок и суждений.

Описано (Н. Д. Левитов, 1971; Г. Айзенк, 1970) несколько видов ригидности (персеверации):

- сенсорная (ощущение остается долгое время после прекращения действия стимула, его вызвавшего);
- моторная (трудность переделки двигательных навыков);
- эмоциональная (переживание события продолжается после исчезновения эмоциогенных стимулов);
- мыслительная (инерция суждений, способов решения задач);
- мнемическая (навязчивость представлений, вторичных образов).

Считается, что разные виды ригидности не связаны между собой единым фактором, так как нет корреляций между степенями их выраженности. Это означает, что, будучи ригидным по одному проявлению, человек оказывается пластичным по другому. Однако общим для всех видов ригидности компонентом может быть инертность нервных процессов. Например, связь ригидности с этой типологической особенностью была выявлена в исследовании Н. Е. Высотской (1975).

В исследовании Г. В. Залевского (1976) обнаружена положительная и статистически значимая связь ригидности с внушаемостью, а П. Лич (P. Leach, 1967) выявил негативную связь ригидности с творческим потенциалом личности. Люди, у кого он высокий, отличаются гибкостью мышления, независимостью в суждениях, отрицанием социальных стереотипов и склонностью к сложным формам выражения своих эстетических предпочтений.

В. П. Михайлова и И. М. Палей (1967) показали, что существует прямая зависимость ригидности (устойчивости фиксированной установки, по Д. Н. Узнадзе) от выраженности силы нервной системы.

7.3. Активные — пассивные типы

Как уже отмечалось, ряд ученых (Э. Кречмер, В. Д. Небылицын и др.) в качестве характеристики темперамента рассматривают *активность*. Будучи общей характеристикой темперамента, она, по мнению В. Д. Небылицына, проявляется в моторике, общении и умственной деятельности. Доказательством общности свойства активности этот исследователь считал факты, полученные его сотрудниками, согласно которым и моторная и умственная активность коррелировали с одним и тем же параметром ЭЭГ, а именно с суммарной энергией по диапазонам бета-1 и бета-2 лобного отведения.

В качестве моторной активности рассматривались индивидуальный (оптимальный) темп двигательных актов, склонность индивида к разнообразию действий, предпринимаемых по инструкции, и потребность человека в двигательной деятельности (под которой понималось желание испытуемых выполнять не обязательные в эксперименте действия). Умственная активность определялась тоже при выполнении экспериментальных заданий, причем главным было определение количества задач, решавшихся испытуемым по желанию.

Однако существенным недостатком оказалось то, что моторная и умственная активность изучалась исследователями при обращении к разным людям, поэтому не установлена корреляция между ее показателями — напрашивающаяся сама собой, если речь идет об общей активности, т. е. такой, которая проявляется одними лицами в большей мере, чем другими, независимо от сферы ее проявления. Это значит, что высокоактивный в двигательном отношении должен быть таковым

и в умственном, и наоборот. Таким образом, гипотеза В. Д. Небылицына имеет право на существование, хотя в должной мере еще не получила фактического подкрепления.

Активность – это континуум, один полюс которого представлен малоактивными людьми (предпочитающими малоподвижный образ жизни), а другой – теми, кто очень активен (гиперактивные люди, которые не могут усидеть на одном месте, постоянно находятся в движении, они просто не могут угомониться (*Фрэнкин Р.* Мотивация поведения. СПб.: Питер. 2003. С. 322).

Кроме того, возникает и вопрос по поводу того, насколько активность, проявленная испытуемыми в различных экспериментальных заданиях, отражает их генетически обусловленные различия в таком проявлении, как *потребность* в активности, и насколько эта потребность связана со свойствами нервной системы. Соответствующих данных у В. Д. Небылицына не было. Накопленная к нынешнему времени информация позволяет сказать, что подобная связь весьма вероятна. Например, в исследовании Д. Б. Богоявленской и ее соавторов (1975) было выявлено, что субъекты с сильной нервной системой интеллектуально активны, а со слабой нервной системой — интеллектуально пассивны.

В процессе изучения мною и моими коллегами дифференциально-психофизиологических аспектов спортивной и учебной деятельности обратил на себя внимание один факт: чем выше уровень мастерства, тем чаще среди более успешных людей встречаются лица с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу. Сопоставляя это с другими результатами, в частности с тем, что при физическом утомлении данный баланс сдвигается в сторону торможения, а при ограничении двигательной активности (например, у школьников в течение учебного года) — в сторону возбуждения, было высказано предположение: «внутренний» баланс отражает потребность человека в активности. Если преобладает возбуждение по этому балансу, то потребность в активности и сама активность высокие; если же преобладает торможение, то они низкие. Исследования, проведенные Н. П. Фетискиным (1979) на выборке студентов и Е. А. Сидоровым (1981) с привлечением школьников, подтвердили это.

По данным первого, объем дневной двигательной активности у лиц с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу был в два с лишним раза выше, чем у лиц с преобладанием торможения. По результатам второго исследования, школьники, высокоактивные на уроках физкультуры, имели, как правило, сильную нервную систему и преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу. Таким образом, связь «внутреннего» баланса с двигательной активностью не вызывает сомнений. Однако возникает вопрос, а обладают ли лица с высокой моторной активностью высокой активностью и в интеллектуальной деятельности?

Чтобы выяснить это, Г. А. Машарова (ее данные не опубликованы) обследовала высокоактивных в умственной деятельности людей (которые признавались таковыми компетентными судьями, хорошо знавшими оцениваемых на протяжении нескольких лет). Было выявлено, что в абсолютном большинстве случаев (в 75%) у этих обследуемых отмечается преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу. Таким образом, предположение В. Д. Небылицына, очевидно, оправданно, хотя окончательный вывод делать еще рано. Многое зависит от того, какой параметр принимать за выражение активности. Некоторые пытаются (М. В. Бодунов,

1975) подменить потребность в активности конкретными двигательными проявлениями — скоростными и эргическими (выносливость), что переводит решение проблемы в другую плоскость.

Прояснению вопроса о природе активности и ее различиях у людей могут служить и исследования на близнецах. К сожалению, их проведено очень мало. Могу сослаться лишь на работу Л. Шонфельдта (L. Shoenfeldt, 1968), который по самооценкам уровня активности (степени предпочтения занятий, которые требуют высокой активности) выявил большее сходство у монозиготных подростков по сравнению с дизиготными; правда, только на выборке женского пола. Однако самооценки могут, если учитывать специфику отношений у партнеров близнецовых пар, существенно искажать истинную картину.

Роль генетического фактора обнаружена и при суточном распределении уровня активности у так называемых «жаворонков» и «сов» (см. ниже).

Еще в самом начале XX в. сразу несколько исследователей – М. О. Шиэ (1900), Й. Янделл (1904) и Х. Маш (1906) – писали о существовании двух противоположных типов людей: с утренним (дневным) и вечерним (ночным) пиком работоспособности. Так, О. Шиэ, для того чтобы выявить эти типы среди студентов Висконсинского университета, предлагал им ответить на два вопроса: «В какое время суток вы чувствуете себя лучше всего?» и «В какие часы суток ваша работоспособность самая низкая?» Ну а традиция именовать людей этих двух типов «совами» (с вечерним пиком работоспособности) и «жаворонками» (с утренним пиком работоспособности) возникла после 1939 г., когда эти птичьи обозначения были введены в немецкий лексикон с легкой руки бальнеолога и физиотерапевта Г. Ламперта.

Тех же, кто ни «сова», ни «жаворонок», а находится где-то между ними, то есть представляет промежуточный тип, нередко называют «голубями». В научной литературе часто используется и более детальная градация, шкала из пяти делений: явный утренний тип, преимущественно утренний тип, недифференцируемый (т. е. ни тот ни другой, или промежуточный) тип, преимущественно вечерний тип и явно вечерний тип.

...Подтвердилось заключение, сделанное еще в 30-х гг. XX в. французским исследователем М. Леопольдом-Леви, о существовании не двух, а четырех крайних типов суточного ритма работоспособности: кроме типичных вечероспящих «жаворонков» (возбужденные утром – утомленные вечером) и типичных утроспящих «сов» (утомленные утром – возбужденные вечером) существуют люди, которых можно условно назвать малоспящими – людьми возбужденными и бодрыми как утром, так и вечером (этакие «совоpанки») и многоспящими – утомленными как утром, так и вечером (короче «сони-засони»).

...Хронобиологические особенности человека являются врожденными, передаются по наследству и проявляются сами собой, если условия жизни позволяют это.

...Московскими исследователями во главе с В. А. Доскиным были составлены личностные портреты студента-«жаворонка» и студента-«совы». Первый охотно следует общепринятым взглядам, но своеобразен в восприятии конкретных ситуаций. Неудачи заставляют его сомневаться в своих силах, вызывают тревогу, снижают настроение и предприимчивость. Такой студент заостряет внимание на своем самочувствии, особенно когда это помогает избежать каких-то неприятностей, и вообще стремится уйти от конфликтов, резких объяснений и эмоциональных переживаний. Второй легко забывает свои неудачи и неприятности. Его не пугают возможные трудности, конфликты и эмоциональные проблемы. Такой студент меньше волнуется перед экзаменами и хорошо улавливает характер и особенности поведения окружающих.

По данным нидерландского биоритмолога Г. Кирхгофа, люди утреннего типа в отличие от людей вечернего типа стремятся избегать неизвестных, впечатляющих, опасных ситуаций, спешат «ощетиниться», если им что-то угрожает, склонны болезненно реагировать на психологические проблемы.

По наблюдениям Н. И. Моисеевой и ее сотрудников, люди с разными хронотипами различаются даже по восприятию времени. «Жаворонки» воспринимают время как активное, большое, яркое.

У «сов» представление об активном и большом времени сочетается с тревожным его восприятием. Люди промежуточного типа рассматривают время как быстротечное и менее активное. Они воспринимают положительно только прошлое и будущее, тогда как крайние типы – «совы» и «жаворонки» – воспринимают положительно и прошлое, и настоящее, и будущее.

В работах известного английского психолога Г. Айзенка обнаружилось, что «совы» чаще, чем «жаворонки», оказываются экстравертами, т. е. их интерес в первую очередь направлен на внешний мир и они, как правило, не ощущают барьеров при контактах с людьми. «Жаворонки», наоборот, чаще «сов» бывают интровертами, т. е. воспринимают мир и людей как бы через призму своих, иногда далеких от действительности, представлений о них. В исследованиях Г. Айзенка было установлено, что у экстравертов температура тела достигает своего максимума позже, чем у интровертов. Однако, несмотря на то что Г. Айзенк до сих пор придерживается своей первоначальной точки зрения, более современные исследования не обнаруживают очевидной связи между «совостью» и экстраверсией.

...Оказалось, что противоречивость в имеющихся на этот счет данных может быть, по крайней мере частично, объяснена тем, что уровень экстравертированности связан положительно со степенью «совости» в вечерние и ночные часы (чем позднее человек засыпает, тем больше он экстраверт) и отрицательно с «совостью» в утренние часы (чем позднее человек встает, тем больше он интроверт). Таким образом, наиболее яркими экстравертами оказались малоспящие, а наиболее явными интровертами – многоспящие. Типичные же «совы» и «жаворонки» почти не различались по шкалам, оценивающим степень экстравертированности – интровертированности. Но поскольку ритм температуры тела у малоспящего может быть близок к «совиному», а у многоспящего – к «жаворонковому», то, принимая в качестве критерия «совости» и «жаворонковости» не данные анкетирования, а результаты определения максимума или минимума температуры тела, можно в самом деле доказать тот факт, что «совы» более экстравертированы, чем «жаворонки».

...Мы обнаружили, что склонность спать допоздна обычно свойственна людям эмоционально нестабильным, слабовольным, тревожным, подверженным глубоким, часто мрачным переживаниям, с неудовлетворенными стремлениями и низкой приспособляемостью к внешним обстоятельствам, с низким контролем над эмоциями и желаниями. Привычка же бодрствовать допоздна отличает людей открытых, общительных, жизнерадостных и беспечных, напористых и склонных к лидерству (*Путилов А. А.* «Совы», «жаворонки» и другие. О наших внутренних часах и их влиянии на здоровье и характер. Новосибирск; М., 1997. С. 19–20, 24, 139–141).

Очевидно, говоря об активности как свойстве темперамента, следует разграничивать, как минимум, два ее аспекта: ***энергичность*** (величину прилагаемых усилий, высокий или низкий темп деятельности, т. е. интенсивность) и ***объем суточной активности*** (большой или малый). Пока не ясно, насколько эти два параметра могут быть связаны друг с другом. Возможно, что один человек энергичен по своей природе, но не обладает большой потребностью в длительном проявлении активности, другой же трудится весь день как пчелка, но не склонен к проявлению высокой энергичности. У других же может быть слабо или сильно выражено одновременно и то и другое.

Отмечено, что у гиперактивных детей наблюдается большая склонность к употреблению наркотиков (Wills et al., 1995).

7.4. Чувствительные (сенситивные) типы

Различия в чувствительности как свойства темперамента изучались в лаборатории Б. М. Теплова. Было выявлено (В. Д. Небылицын, 1966), что у лиц со слабой нервной системой абсолютные пороги ощущений меньше, чем у лиц с сильной. Это значит, что первые более чувствительны.

Связь слабости нервной системы с высокой чувствительностью (слуховой, проприорецептивной, электрокожной) была подтверждена работами В. С. Горожанина (1971), М. Н. Ильиной (1981), Н. Д. Скрябина (1981). Соответственно становятся понятными корреляции абсолютных порогов зрительных, слуховых и электрокожных ощущений, выявленные в исследованиях В. С. Горожанина (1971), Н. М. Пейсахова (1974) и В. М. Русалова (1979): общий компонент для всех видов чувствительности — свойство силы — слабости нервной системы, которое отражает, как говорилось в главе 4, уровень активации в покое. Именно различия в таком уровне обусловливают неодинаковость абсолютных порогов, т. е. чувствительность.

При этом, однако, не следует думать, будто наличие общего компонента уничтожает межанализаторные различия в чувствительности, они остаются. Но если сравнить двух субъектов, то, хотя в разных анализаторах чувствительность у них разная, субъект А, обладающий слабой нервной системой, будет превосходить субъекта Б, имеющего сильную нервную систему, по чувствительности всех анализаторов. Конечно, это только теоретическая схема, которая на практике может иметь и исключения. Так, Т. А. Ратанова (1990), в целом признавая связь чувствительности со свойством силы нервной системы, нашла среди высокочувствительных несколько человек с сильной нервной системой, а среди низкочувствительных — некоторое количество людей со слабой нервной системой. Отсутствие связи силы нервной системы и чувствительности было выявлено в ряде случаев и другими авторами.

Такие не согласующиеся с теоретическими представлениями сведения о связи чувствительности и свойства силы, вероятно, объясняются, с одной стороны, тем, что чувствительность может определяться не только свойством силы (уровнем активации в покое), но и другими причинами. С другой — тем, что однократные определения типологических особенностей в ряде случаев в силу колебательности физиологических процессов могут показывать временное состояние человека, в результате чего выявляется нетипичное для него проявление свойства нервной системы.

Несомненно, имеет значение и жесткость критериев, по которым человека относят в группу «сильных» или «слабых». При мягкости критериев часть последних будет отнесена к числу «сильных», и тогда различия между группами размываются. Так, в работе М. Н. Ильиной при изучении связи слуховых порогов с силой нервной системы последняя определялась по двум методикам — «Теппинг-тесту» и рефлексометрической («наклон кривой»). Было выявлено, что при делении испытуемых на «сильных» и «слабых» по второй из указанных методик среднегрупповые различия между группами по абсолютному порогу проявлялись хуже, чем при делении испытуемых на группы по методике «Теппинг-теста». Это как раз может служить подтверждением вышесказанного.

Каждое из свойств темперамента, как и каждая типологическая особенность свойства нервной системы, в определенных ситуациях может выступать то положительной, то отрицательной характеристикой человека. Например, высокая сенситивность помогает глубже проникать в психологию другого человека, в его переживания. В то же время такие люди психически наиболее ранимы, остро переживают неудачи и замечания. Художественные (экспрессивные, выразительные) способности лучше выражены у сенситивных и реактивных, однако эти люди

менее устойчивы к стрессу. Наоборот, лица эмоционально устойчивые (с низким уровнем тревожности) относительно спокойны в напряженной ситуации, но эмоционально невыразительны.

7.5. Связь личностных особенностей со свойствами нервной системы

В ряде работ обнаружены связи типологических особенностей проявления свойств нервной системы со *свойствами личности* (по Р. Кеттеллу). Г. Б. Суворов (1981) на двух выборках с крайними проявлениями свойств нервной системы выявил, что лица с сильной нервной системой имеют более высокие значения по факторам: *C* — высокое самообладание, *G* — упорство, ответственность, Q_{III} — хорошая контролируемость эмоций и поведения, *F* — сдержанность, *O* — уверенность в себе, по вторичному фактору Q_I — низкая тревожность. Лица со слабой нервной системой имеют противоположные свойства: низкое самообладание; импульсивность, беспечность; слабую настойчивость; выраженное чувство вины; плохую контролируемость эмоций и поведения, высокую мотивацию, тревожность (вторичный фактор Q_I).

Лицам с подвижностью возбуждения присущи, по данным того же автора, склонность к сомнениям, подозрительность (фактор *L*), ориентация на внешнюю реальность (фактор *M*), а лицам с инертностью возбуждения — доверчивость и погруженность в себя.

Тем людям, которые отличаются подвижностью торможения, присущи слабая настойчивость, (фактор *G*), склонность к сомнениям, подозрительность (фактор *L*), погруженность в себя (фактор *M*), спокойность, уверенность (фактор *O*), критическая настроенность (фактор *QI*), плохая контролируемость эмоций и поведения. Сопоставление этих характеристик приводит к выводу о слабости волевой сферы тех, у кого отмечается подвижность торможения, что подтверждается и результатами Н. Д. Скрябина (1972). Он установил, что в типологический комплекс трусливости входит именно подвижность торможения. Лицам с инертностью торможения свойственны такие качества, как упорство, ответственность, доверчивость, ориентация на внешнюю реальность, чувство вины, консерватизм, хорошая контролируемость эмоций и поведения.

Для лиц с преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу характерны открытость (фактор *A*), самоуверенность (фактор *E*), а для лиц с преобладанием торможения по этому балансу — замкнутость, критическая настроенность, зависимость.

У людей с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу обнаруживаются высокое самообладание (фактор *C*), упрямство, самоуверенность (фактор *E*), социальная смелость (фактор *H*), социальная открытость (вторичный фактор Q_{II}). Тем, у кого преобладает торможение по этому балансу, более свойственны замкнутость, критическая настроенность, низкое самообладание, застенчивость и конформность, робость, заторможенность в межличностных контактах.

В. А. Сальников (1987) обнаружил, что фактор *G* (упорство, ответственность) выражен больше у лиц с инертностью возбуждения и преобладанием возбуждения по «внешнему» и «внутреннему» балансу, фактор Q_{III} (хорошая контролируе-

мость эмоций и поведения) — у людей с инертностью возбуждения и торможения, фактор J (зависимость, подчиненность) — у обладающих слабой нервной системой.

Таким образом, связь свойств личности с различными типологическими особенностями свойств нервной системы не вызывает сомнения, хотя интерпретация некоторых факторов у Р. Кеттелла расплывчата, а порой и противоречива.

Данные одних работ свидетельствуют об отсутствии влияний генотипа почти на все индивидуальные различия по свойствам личности. В других – обнаруживается одинаковое умеренное влияние факторов наследуемости на изменчивость почти всех диагностировавшихся характеристик. Такая однородность результатов внутри работ и рассогласованность между данными разных авторов заставляют поставить вопрос о пригодности для психогенетических исследований измерительных процедур, создававшихся не для изучения относительной роли наследственности и среды. Смешение внутри шкал опросников характеристик, изменчивость которых имеет разную природу, по-видимому, в значительной мере ответственно за противоречивость экспериментального материала.

...При подведении итогов выполненных к концу 1970-х гг. психогенетических исследований темперамента и личности Дж. Фуллер и У. Томпсон отмечают, что «по сравнению с работами по наследуемости интеллекта исследования личностной сферы противоречивы в своих выводах» (J. L. Fuller, W. R. Thompson, 1978, p. 359). Причины этой противоречивости они связывают преимущественно с недостаточной разработанностью методик, применяемых в психологии личности: «Бесконечное увеличение числа тестов и постоянное изобретение все более экзотических черт вряд ли могут быть продуктивными» (там же) (Роль среды и наследственности в формировании индивидуальности человека / Под ред. И. В. Равич-Щербо. М.: Педагогика, 1988. С. 288–289).

А. Г. Пинчуков (1976) сопоставил некоторые характеристики школьников, которые им дали учителя, с типологическими особенностями свойств нервной системы. *Усидчивостью* чаще отличались учащиеся с преобладанием торможения по «внутреннему» балансу, т. е. с малой потребностью в двигательной активности; напротив, среди неусидчивых чаще встречались лица с преобладанием возбуждения по этому балансу. *Аккуратность* более присуща школьникам с инертностью нервных процессов (особенно торможения), а *сдержанность* — с инертностью нервных процессов и с преобладанием торможения по «внешнему» и «внутреннему» балансу (свойство силы нервной системы автором не изучалось).

По данным Нгуена Ки Тьонга (2000), многие личностные особенности связаны с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. У субъектов, *зависимых* от внешних воздействий при принятии решений, чаще встречается слабая нервная система, подвижность возбуждения и сдвиг «внутреннего» баланса в сторону торможения. У лиц, *склонных к риску*, чаще отмечается сильная нервная система и преобладание возбуждения по «внешнему» балансу. Люди с сильной *направленностью на процесс деятельности*, а не на ее результат, чаще характеризуются слабой нервной системой, инертностью возбуждения, преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу, т. е. тремя из четырех признаков устойчивости к развитию состояния монотонии.

Типологический комплекс устойчивости к монотонности присущ и лицам, *склонным к избеганию борьбы*. Кроме того, слабая нервная система и преобладание торможения по «внешнему» балансу, участвующие в этом комплексе, входят в комплекс боязливости. Он отчетливо выражен и у людей с *застенчивостью*. Очевидно, еще и поэтому такие индивидуумы предпочитают избегать борьбу. У субъектов с высокой самооценкой *настойчивости* более выражен типологиче-

ский комплекс терпеливости, т. е. им свойственны сильная нервная система, преобладание торможения по «внешнему» балансу, инертность возбуждения. Лица с сильной выраженностью к *лидерству* характеризуются более сильной нервной системой и подвижностью возбуждения.

Рассматривая отмеченные связи, не стоит, конечно, их понимать так, будто у каждого человека, обладающего той или иной личностной особенностью, непременно имеются соответствующие ей типологические особенности. Выявленные связи показывают лишь тенденцию, присущую некоторой общности людей данного возраста (в данном случае — молодым, в возрасте 18–20 лет).

ГЛАВА 8

Различия в эмоциональных проявлениях

Одной из глобальных характеристик темперамента, по мнению многих авторов, выступает эмоциональность. Однако она понимается неоднозначно, что затрудняет отнесение какой-либо конкретной характеристики эмоциональной сферы к свойству темперамента. Поэтому ниже перечисляются различия между людьми и по другим эмоциональным проявлениям, а не только по эмоциональности в узком понимании этого термина.

8.1. Эмоциональные — неэмоциональные типы

Эмоциональность как свойство (черта) темперамента упоминалась еще Гиппократом, когда он говорил о холерическом типе. В конце XIX в. П. Малапер (P. Malapert, 1897) выделял особый тип эмоциональных людей наряду с апатичными и страстными. Г. Хейманс и Е. Вирсма (G. Heymans, E. Wiersma, 1908, 1909) об эмоциональности судили по тому, как близко к сердцу принимает человек пустяки, восторгается он или плачет по незначительному поводу.

Рассматривая характеристики эмоций с позиции индивидуальной психологии характера, А. Ф. Лазурский поставил вопрос:

> Можно ли говорить *вообще* о силе, возбудимости и продолжительности чувств у данного человека? Не правильнее ли будет сказать, что такие-то чувства у него отличаются значительной силой и возбудимостью, тогда как другие, наоборот, очень слабы и трудновозбудимы?

И далее дает на него следующий ответ.

> Сам по себе факт, что различные чувства свойственны разным людям в неодинаковой степени, не подлежит, разумеется, никакому сомнению. Действительно, многие люди более склонны испытывать чувство гнева, чем чувство радости; у многих эгоистические чувства развиты гораздо сильнее, чем альтруистические. Очевидно также, что те чувства, которые наиболее свойственны данному индивидууму, возбуждаются у него гораздо легче и могут достигнуть гораздо большей интенсивности, чем все остальные (1995, с. 141–142).

Таким образом, А. Ф. Лазурский обозначил в отечественной психологии феномен, который гораздо позже стал рассматриваться как свойство человека — эмоциональность.

Первоначально эмоциональность понималась чаще всего как эмоциональная возбудимость (отзывчивость человека на эмоциогенные ситуации) и реактивность. П. Фресс, например, дал следующее определение:

▶ **Эмоциональность** как черта личности – это чувствительность к эмоциогенным ситуациям (1975, с. 181).

Эмоциональность, отмечает П. Фресс, употребляется как синоним гиперэмоциональности, т. е. как проявление более частых и более сильных эмоциональных реакций, чем это в среднем свойственно людям.

Об эмоциональной возбудимости говорил Б. М. Теплов (1946), понимая под ней быстроту возникновения чувств (эмоций) и их силу. В. С. Мерлин (1973) в темпераменте выделил два эмоциональных свойства: эмоциональную возбудимость и силу эмоций. Первое означает эмоциональную отзывчивость, второе — энергетическую сторону возникающих эмоций. Таким образом, и П. Фресс, и Б. М. Теплов, и В. С. Мерлин отмечают в эмоциональности ее динамическую сторону.

Такого же понимания эмоциональности придерживаются и другие психологи (П. И. Иванов, 1995; А. Г. Ковалев, 1973). В то же время, характеризуя типы темперамента, Б. М. Теплов и А. Г. Ковалев отмечали присущие этим типам преобладающие эмоции: гневливость и агрессивность холерика, веселость и жизнерадостность сангвиника (замечу, что такие характеристики людей с разным типом темперамента явно устарели, как и понимание самих этих типов).

Эмоциональность как качественную характеристику гиперэмоциональности рассматривает и Грейс Крейг (2000). Для нее это склонность легко поддаваться страху и гневу.

В. Д. Небылицын (1971) тоже рассматривал эмоциональность как одно из свойств темперамента. Уровень эмоциональности человека он определял как способность к эмоциональному переживанию (с учетом модальности этого переживания). В более ранней работе (1964) исследователь дает развернутое определение эмоциональности, под которой понимается обширный комплекс свойств и качеств, характеризующих особенности возникновения, протекания и прекращения разнообразных чувств, аффектов и настроений.

В качестве основных характеристик эмоциональности он выделяет впечатлительность, импульсивность и эмоциональную лабильность. *Впечатлительность* выражает аффективную восприимчивость человека, чуткость его к эмоциогенным воздействиям, способность найти почву для эмоциональных реакций там, где для других такой почвы не существует. Речь, следовательно, идет об эмоциональной возбудимости. *Импульсивность* В. Д. Небылицын понимает как быстроту, с которой эмоция становится побудительной силой поступков и действий без их предварительного обдумывания и сознательного решения выполнить (замечу, что с таким пониманием импульсивности как рефлекторной реакции на возникшее эмоциональное возбуждение согласиться нельзя). Под *эмоциональной лабильностью* он подразумевает быстроту, с которой прекращается данное эмоциональное состояние или происходит смена одного переживания другим.

Теоретические и — в значительной степени — абстрактные положения, высказанные В. Д. Небылицыным, в конкретных исследованиях начала воплощать А. Е. Ольшанникова со своими учениками. Прежде всего в основу эмоциональности она положила знак и модальность эмоций. Основываясь на физиологических данных, автор первоначально выделила три основные эмоции: удовольствие — радость, гнев и страх. Позднее к этой триаде добавилась печаль. В издании «Психо-

логия. Словарь» (1990) А. Е. Ольшанникова рассматривает эмоциональность значительно шире: как свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств.

Содержательные аспекты эмоциональности отражают явления и ситуации, имеющие особую значимость для человека. *Качественные свойства* характеризуют отношение индивида к явлениям окружающего мира и находят свое выражение в знаке и модальности доминирующих эмоций. Это та характеристика, которую Э. Кречмер (1995) относил к типам конституции, а именно к пикническому типу со свойственным ему циклоидным темпераментом — от постоянного повышенного, веселого настроения у маниакальных субъектов до постоянно сниженного, печального и мрачного состояния духа у депрессивных субъектов. К *динамическим свойствам* эмоциональности А. Е. Ольшанникова причисляет особенности возникновения, протекания и прекращения эмоциональных процессов и их внешнего выражения (экспрессию). Она вслед за В. Д. Небылицыным считает эмоциональность одной из основных составляющих темперамента.

Э. А. Голубева (1983) также пишет, что «эмоциональность — это и черта темперамента, и характеристика индивида со стороны эмоциональной сферы» (с. 20).

Возникает, однако, вопрос, на котором акцентировал внимание А. Ф. Лазурский: какие же связи и отношения существуют между различными характеристиками и свойствами эмоциональности? По этому поводу автор замечал:

> Многочисленные факты и наблюдения, собранные главным образом авторами, писавшими о темпераментах, убеждают нас в том, что существует, по-видимому, тесная связь между значительной возбудимостью чувствований, с одной стороны, и *изменчивостью, неустойчивостью* их — с другой. Сангвиники, которые из всех темпераментов обладают наиболее легковозбудимыми чувствами (А. Ф. Лазурский, очевидно, спутал их с холериками. — *Е. И.*), отличаются в то же время и крайним непостоянством; легко вспыхивая, они так же легко и остывают... Как у холериков, так и у сангвиников чувства отличаются значительной возбудимостью, но у сангвиников они всегда бывают крайне поверхностны, в то время как у холериков они могут достигать необычайной силы и яркости (1995, с. 144).

Из этого описания следует, что у людей с разным типом темперамента соотношения между свойствами эмоциональности могут отличаться. Однако этот вывод базируется на наблюдениях за эмоциональным поведением людей, а не на экспериментально добытых фактах. Поэтому особый интерес представляют работы, в которых эмоциональность и ее характеристики изучались с помощью экспериментальных методов.

А. Кепалайте (1982) выявлены связи между легкостью возникновения положительных эмоций и их устойчивостью ($Kr = 0,598$, $p < 0,01$) и легкостью возникновения и стеничностью ($Kr = 0,34$, $p < 0,05$). Между устойчивостью и стеничностью связь не обнаружена (все свойства эмоциональности изучались с помощью разработанного автором опросника). Следовательно, чем легче возникает положительная эмоция, тем дольше она сохраняется.

Кроме того, А. Кепалайте показано, что у испытуемых, для которых характерен постоянный положительный эмоциональный фон (оптимизм), баллы были выше по всем изучавшимся свойствам (легкости возникновения положительной эмоции, ее продолжительности, стеничности), чем у тех, кто характеризовался постоянным отрицательным эмоциональным фоном (пессимизмом).

По всем свойствам эмоциональность у женщин выше, чем у мужчин.

Генезис эмоциональности. П. Фресс задается вопросом: является ли эмоциональность конституциональной (генетически обусловленной) или она представляет собой результат одного или нескольких эмоциональных потрясений?

Рассмотрение эмоциональности как свойства темперамента заставляет говорить о ее генетическом происхождении. Впервые об эмоциональной конституции заговорил Е. Дюпре (Е. Dupre, 1925). Однако он считал, что она может быть приобретенной. Это нашло подтверждение в исследовании Г. Стрэттона (G. Stratton, 1929), который показал, что больные или перенесшие серьезные заболевания сильнее реагируют на ситуации, вызывающие гнев и страх.

В работе А. Е. Ольшанниковой (1974), проведенной с привлечением подростков, зависимость эмоциональности от ЭЭГ-коррелятов свойств нервной системы отчетливо не проявилась. А. Н. Ковалев и его соавторы (1976), изучив соотношение между внутренней структурой ЭЭГ и эмоциональностью, пришли к выводу о связи «гиперэмотивности» и «радости» со свойством силы — слабости нервной системы. Ю. А. Цагарелли (1977) и И. А. Левочкина (1988) обнаружили, что эмоциональность музыкантов-исполнителей и хористов связана с высокой лабильностью и слабостью нервной системы.

В. В. Семенов (1981,1982) для доказательства генетической обусловленности эмоциональности избрал близнецовый метод: изучение выраженности эмоциональности у монозиготных близнецов. Полученные им результаты тоже оказались неоднозначными. По некоторым методикам измерения эмоциональности (И. Иранковой, Т. Дембо) наблюдалось большое сходство доминирующих эмоций, но по методике Л. Рабинович сходство между близнецами обнаружено только относительно эмоции страха. Автор сделал вывод, что не стоит переоценивать роль генетического фактора в проявлении эмоциональности — она может определяться и факторами внешней среды. Все же есть основание считать эмоциональность в большей мере обусловленной генетически, так как найдено сходство в степени эмоциональности у близнецов на протяжении всей их жизни.

Подробный обзор работ зарубежных авторов, исследовавших генетическую природу различных проявлений эмоциональности путем сравнения того, насколько тесные связи существуют у монозиготных и дизиготных близнецов, дан В. В. Семеновым (1983).

Генетическая природа эмоциональных особенностей человека изучается и иным образом, когда сравниваются эмоциональные особенности у право- и леворуких людей.

Е. Харбург и др. (Е. Harburg et al., 1981) сравнивали некоторые эмоциональные особенности у лиц двух возрастных групп: от 18 до 30 лет и от 40 до 70 лет. В первой группе левши — мужчины имели по сравнению с правшами более высокие показатели по «общей эмоциональности», боязливости, эмоциональной несдержанности (гневливости). У женщин этого возраста различия выявлены только в отношении эмоциональности: у левшей она была выше. Во второй возрастной группе отличия между правшами и левшами по этим показателям не были выявлены. Авторы объясняют это социальной адаптированностью левшей после 40 лет. Но если это верно, то большая выраженность эмоциональных показателей у них — следствие не генетической природы леворукости, а условий жизни таких людей в мире праворуких.

Эмоциональная возбудимость, по данным сотрудников В. С. Мерлина, коррелирует со слабой нервной системой, преобладанием возбуждения над торможением и подвижностью нервных процессов. Это соответствует скоростному типологическому комплексу, о котором говорилось выше.

Эмоциональность и социокультурная адаптация. М. В. Депенчук (2000) выявлено, что лица (в частности, мужчины) с высокой эмоциональностью хуже адаптируются к социокультурной среде той страны, куда они эмигрировали. Они в меньшей степени овладевают языком страны проживания, хуже ориентируются в местной жизни.

Типы темперамента по выраженности эмоциональности. В зависимости от выраженности различных сторон эмоциональности выделяются эмоциональные типы людей, относимые к разным типам темперамента (характера). Одна из первых таких попыток — классификация Хейманса—Ле Сенна (см.: *Робер М.-А., Тильман Ф.* Психология индивида и группы. М., 1988). Типы темперамента устанавливаются в ней по сочетанию трех основных характеристик: эмоциональности (Э+ и –), активности (А+ и –) и первичности и вторичности (П и В).

Эмоциональность понимается авторами типологии как степень легкости возникновения эмоционального состояния в данной ситуации, а также его интенсивность.

Активность отражает потребность в действии, в осуществлении плана, замысла. Высокоактивные люди не выносят безделья, простоя. Поэтому они всегда находят себе занятие. Другие инертны, долго думают, прежде чем начать что-либо делать.

Первичность характеризует другую сторону эмоциональности — быстроту исчезновения эмоции. Многие люди недолго остаются под впечатлением пережитого. Они непрестанно «разряжают» свои эмоции. Таких людей авторы называют «первичными» (скорее это эмоционально-лабильные). Их противоположность — «вторичные» люди, настроение которых чаще всего бывает ровным. Однако когда чаша терпения такого человека переполняется, он сильно гневается, обижается и долго остается под впечатлением пережитого.

Исходя из сочетания данных свойств были выделены восемь типов характеров:

- Э+, А–, П — *нервный*;
- Э+, А–, В — *сентиментальный*;
- Э+, А+. П — *бурный, очень деятельный*;
- Э+, А+, В — *страстный*;
- Э–, А–, П — *сангвиник*;
- Э–, А, В — *флегматик*;
- Э–, А+, П — *аморфный*, или *беспечный*;
- Э–, А+, В — *апатичный*.

Нервный тип характеризуется сильными и беспорядочными эмоциональными переживаниями, склонен к жестокости и подозрительности. Чувствителен к эмоциогенным ситуациям, но его эмоции быстро исчезают. Постоянно находится в поисках новых впечатлений. Плохо переносит однообразие, которое быстро

вызывает у него скуку. Подчиняет истину своим минутным настроениям и желаниям. Пожалуй, это тот человек, который описан К. Бальмонтом.

Я всех люблю равно, любовью равнодушной,
Я весь душой с другим, когда он тут, со мной,
Но чуть он отойдет, как, светлый и воздушный,
Забвеньем я дышу, своею тишиной.

...Я всех люблю равно, любовью безучастной,
Как слушают волну, как любят облака.
Но есть и для меня источник боли страстной,
Есть ненавистная и жгучая тоска.

Когда любя люблю, когда любовью болен,
И тот — другой — как вещь, берет всю жизнь мою,
Я ненависть в душе тогда сдержать не волен,
И хоть в душе своей, но я его убью[1].

Сентиментальный тип отличается тем, что такой человек тоже обладает высокой эмоциональной возбудимостью, но в отличие от нервного типа глубоко и долго переживает как радость, так и огорчение, помнит о них и постоянно к ним возвращается. Это глубокая, мечтательная и постоянная натура. Требует к себе мягкого и доброжелательного отношения.

Бурный тип подчас неистово проявляет свои чувства. Жизнерадостен, всегда пребывает в хорошем настроении. С сочувствием относится к другим и не скрывает своих симпатий. Незлопамятен, но бурно возмущается, когда слышит упреки в свой адрес.

Страстный тип увлеченно и целиком поглощен каким-нибудь делом. Удачу переживает спокойно, аффект не проявляет.

Сангвиник маловозбудим, спокоен, оптимистичен.

Флегматик холоден и спокоен.

Аморфный тип безразличен к тому, что делает. Эмоционально невозбудим.

Апатичный тип тоже безразличен к тому, что делает. Его настроение всегда ровное, получает удовольствие от одиночества. К другим людям безразличен.

К. Леонгард (1989) выделил акцентуированные типы личности, среди которых указаны аффективно-лабильный, аффективно-экзальтированный, тревожный и эмотивный.

Аффективно-лабильному типу присуща легкая смена полярных эмоций. На передний план выступает то один, то другой полюс эмоциональных переживаний. Радостные события вызывают у них не только радость, но и высокую вербальную и двигательную активность. Печальные приводят к подавленности, замедленности реакций и мышления. Такие люди легко заражаются эмоциями других, например, находясь в компании. При этом степень их внешних реакций и глубина переживаний не соответствуют значимости события. Они могут проявить бурный восторг по поводу незначительного успеха и впасть в глубокую депрессию из-за пустяковой неудачи.

Аффективно-экзальтированный тип — это темперамент тревоги и счастья. Подобные люди реагируют на жизнь более бурно, чем остальные: они одинаково легко приходят в восторг от радостных событий и в отчаяние от печальных. У них

[1] *Бальмонт К.* Стихотворения. М.: Художественная литература, 1990. С. 125.

сильно выражена экспрессия. Привязанность к близким, друзьям, радость за них могут быть чрезвычайно сильными. Наблюдаются восторженные порывы, не связанные с сугубо личными отношениями. Представители данного типа обладают крайней впечатлительностью относительно печальных фактов. Жалость, сострадание к несчастным людям, к больным животным может довести таких людей до отчаяния. Они могут испытывать искреннее горе из-за небольшой неудачи или разочарования. Неприятность друга способны переживать сильнее, чем сам пострадавший. Этот темперамент чаще всего присущ тонким, артистическим натурам: поэтам, художникам.

Эмотивный тип близок к аффективно-экзальтированному, но в отличие от него у его представителей эмоции развиваются не так быстро. Этот тип тоже связан с чувствительностью к тонким, а не грубым эмоциям, — к тому, что связывается с душой, с гуманностью и отзывчивостью. Обычно таких людей называют *мягкосердечными, задушевными, сентиментальными*. Они более жалостливы, чем другие, чаще бывают растроганными, испытывают особую радость от произведений искусства, восприятия природных ландшафтов. Для них характерно сильное внешнее выражение своих переживаний. Особенно им присуща слезливость. У них одинаково легко появляются и слезы печали, и слезы радости.

Следствием болезненно глубокого переживания оказывается реактивная депрессия.

Биотипы человека – одна из разновидностей типологии человека, выделяемая по нейрогуморальному основанию и базирующаяся на особенности реагирования симпатико-адреналовой системы (САС) человека на воздействия среды, что внешне проявляется в определенных особенностях поведения. Выделяют три типа биотипов человека: 1) А-тип (адреналиновый): 2) НА-тип – (норадреналиновый); 3) А+НА – тип (смешанный). Определяются биотипы человека с помощью специального метода «адренограммы», разработанного В. Н. Васильевым. Суть метода состоит в определении с помощью функциональных проб соотношения выделяемых организмом гормонов адреналина (А) и норадреналина (НА) в различное время суток... С помощью метода «адренограмм» было выявлено, что представители А-типа характеризуются повышенной тревожностью, обостренным чувством ответственности, серьезным отношением к делу. Обычно эти люди не умеют отдыхать, поскольку их постоянно одолевают сомнения и неудовлетворенность. Избыточные, неадекватные нервные нагрузки часто приводят к различным сердечно-сосудистым заболеваниям. Среди мужчин А-тип достигает 37,8%, среди женщин – 30,1%.

Представители НА-типа характеризуются повышенной внутренней напряженностью. Это в основном замкнутые, немногословные люди, очень серьезные, скрытные и властные. Их достоинство – целеустремленность, способность добиваться высоких результатов в своей деятельности, преодолевая трудности и препятствия. Однако если достижение честолюбивых планов переходит в самоцель, то в случае неудачи они могут чрезмерно фиксироваться на своих неприятных переживаниях. Подавленные эмоции и подозрительность часто приводят их к нервным срывам, сердечно-сосудистым заболеваниям. Среди мужчин НА-тип составляет 17,0%, среди женщин – 26,1%.

Представители А+НА-типа (смешанного) характеризуются повышенной эмоциональностью и постоянными колебаниями настроения. Такие люди артистичны, стремятся быть на виду, привлекать к себе внимание. Им свойственно богатое воображение, тонкость чувств, способность к сопереживанию. От неприятностей они нередко убегают в болезнь. Среди мужчин А+НА-тип составляет 34,2%, а среди женщин – 22,8%. Наиболее ярко биотипические особенности поведения людей проявляются в различных экстремальных ситуациях. Исследования показали, что биотипы человека различаются между собой также по клиническим, биохимическим, иммунологическим и другим показателям (Психология. Словарь. 1990, с. 41–42).

8.2. Эмоционально стабильные — нестабильные типы

Эмоциональная стабильность — нестабильность связана с нейротизмом, который тесно коррелирует с тревожностью. При низком уровне нейротизма и тревожности наблюдается стабильность эмоционального фона, при высоком — нестабильность, т. е. частая смена настроения. Как стабильная характеристика человека тревожность впервые начала изучаться Э. Тейлор (J. Taylor, 1953).

У многих людей высокая *тревожность*, т. е. выраженное эмоциональное свойство личности, предрасполагающее к частым проявлениям состояния тревоги (беспокойства) в самых различных жизненных ситуациях, в том числе и таких, которые к этому не предрасполагают (Ч. Спилбергер [Ch. Spilberger, 1966]). В. С. Мерлин (1973) определяет тревожность как высокую эмоциональную возбудимость в угрожающей ситуации. По определению К. Изарда, тревожность — это комплекс отрицательных эмоций: страха, гнева и печали.

Определенный уровень тревожности — естественная и обязательная особенность активной деятельности личности. У каждого человека существует свой оптимальный, или желательный, уровень тревожности — так называемая полезная тревожность.

Высокий уровень тревожности проявляется в тенденции оценивать явления, предметы, события, объективно неопасные, как угрожающие, с последующим переживанием тревоги. Тревожные люди боятся трудностей, чувствуют себя неуверенно в группе.

Ряд авторов говорят не об общей тревожности, а о *частной*, *специфической*, связанной с реакцией тревоги только на определенные ситуации (Н. Эндлер и др. [N. Endler et al., 1962]; Р. Мартенс [R. Martens, 1977] и др.). Например, Д. Саразон (J. Sarason, 1984) ввел понятие «тестовой» тревожности, отражающей склонность к этому состоянию в ситуациях экзамена, тестирования. В других исследованиях говорится о частной личностной тревожности, связанной с публичным выступлением, общением, обучением плаванию, участием в соревнованиях, конкурсах и т. п.

Нейрофизиологические механизмы высокого уровня тревожности до конца еще не выяснены. Предполагается, что последняя связана с активностью лобных долей, так как лейкотомия снижает степень хронической тревожности. Ч. Спилбергер подчеркивает роль субъективно-эмоциональных и вегетативных явлений.

Психологические и психофизиологические особенности имеющих высокий уровень тревожности. Испытывающие повышенную тревожность стараются использовать наиболее безопасные способы проявления своей тревоги и враждебности; они также не очень склонны исследовать неизвестные и незнакомые ситуации (Р. Пенни [R. Penney, 1965]).

О. Г. Мельниченко (1979) показала, что для таких людей характерны эмоциональная неуравновешенность (фактор *C* по Р. Кэттеллу), робость (фактор *H*), неуверенность в себе (фактор *O*) и взвинченность, напряженность (фрустрированность — фактор *QIV*). У них более высокий и менее стабильный уровень притязаний. Со стороны биохимических показателей их особенностью выступает более высокий фоновый уровень лактата в крови.

По данным Р. Л. Астахова (2000), тревожность связана с показателями шизотимии, покорности, озабоченности, сентиментальности, негативизма, подозрительности, страха.

Все эти личностные особенности имеют природную основу, которой служат типологические особенности проявления свойств нервной системы. В. Д. Небылицын (1966) предположил, что лица со слабой нервной системой более склонны к тревожности, чем обладающие сильной нервной системой. Это было подтверждено рядом исследований. Выявлено (В. В. Белоус, 1970; Е. П. Ильин, 1976; Ю. А. Катыгин с соавторами, 1979), что люди с высокой степенью тревожности чаще имеют слабую нервную систему (табл. 8.1), следовательно, и высокую активацию в покое, которая обусловлена, скорее всего, возбуждающим влиянием на кору головного мозга ретикулярной формации. У подобных людей найдена и большая, чем у демонстрирующих низкий уровень тревожности, величина КГР в покое (Ю. А. Катыгин и др., 1979).

Таблица 8.1

Связь нейротизма с силой нервной системы (% случаев)

Нейротизм	Сила нервной системы		
	большая	**средняя**	**малая**
Высокий (n = 171)	22,8	19,3	57,9
Низкий (n = 146)	28,0	24,8	47,2

Кроме того, в упомянутом исследовании Ю. А. Катыгина и его соавторов было установлено, что людям с повышенной тревожностью чаще присущи инертность нервных процессов и преобладание торможения по «внешнему» балансу. Г. Б. Суворов (1981) подтвердил своим исследованием спортсменов-мужчин, что высокая тревожность связана с инертностью нервных процессов. Напомню, что последняя способствует ригидности установок.

Таким образом, для лиц с низким нейротизмом более, чем людям с высоким нейротизмом, характерны сильная нервная система, подвижность нервных процессов и преобладание возбуждения по «внешнему» балансу. По данным И. П. Петяйкина (1975), это типологический комплекс, характерный для решительных.

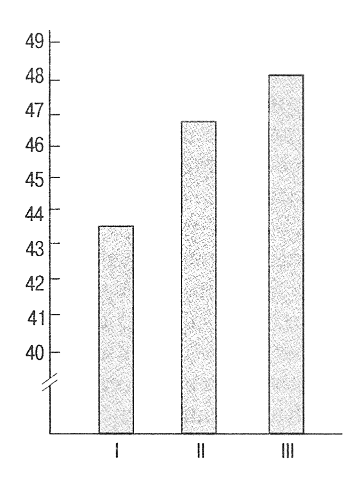
По моим результатам, у лиц, обладающих высоким уровнем тревожности, сильнее выражен мотив достижения (рис. 8.1).

Роль генетических факторов и факторов среды. Были предприняты попытки выявить роль наследуемости тревожности как черты личности. Р. Кеттелл и И. Шейер (R. Cattell, I. Scheier, 1961) показали, что влияние среды проявляется гораздо сильнее и что лишь один фактор *H*, входящий в состав тревожности, существенно зависит от наследственности. Однако имеются и другие данные, свидетельствующие о влиянии генетического фактора в проявлении тревожности (Eaves L. J. et al., 1989, 1989; Loehlin J., 1992).

Больший нейротизм и тревожность мужчин-левшей (см. работы К. Мэсси-Тейлор [C. Mascie-Taylor, 1981], В. Н. Кляйна с соавторами [1986], В. А. Москвина [1990]) и женщин-левшей (исследования Л. А. Шмаковой и С. Е. Волошенко, 1983), вероятно, объясняются условиями жизни испытуемых в мире праворуких.

Рис. 8.1

Личностная тревожность (по Ч. Спилбергеру) у лиц с разным уровнем мотива достижения. **По вертикали** – уровень тревожности, баллы; **по горизонтали**: I – низкий мотив достижения, II – средний мотив достижения, III – высокий мотив достижения



Возрастные и половые особенности выраженности тревожности. В исследовании Н. В. Бирюковой и ее коллег (1976) обнаружилось, что девочек с высоким нейротизмом (16 баллов и выше по опроснику Г. Айзенка) больше всего в 7–8-летнем возрасте, а мальчиков — в 9–10-летнем. Затем число тех и других уменьшается (рис. 8.2).

Большое число учащихся с высоким нейротизмом в младших классах, скорее всего, объясняется тем, что дети попадают в новую для них, непривычную обстановку, а последующее снижение числа таких учеников — адаптацией к школьному обучению, которая, судя по полученным данным, быстрее происходит у девочек.

Эффективность общения у людей с высоким уровнем тревожности. А. В. Никитина (2000) рассматривала, какие проблемы в общении со сверстниками испытывают дети 11 лет, отличающиеся высокой и низкой тревожностью. Оказалось, что первые показали наиболее высокие баллы по утверждениям: «Я не могу довериться своим друзьям полностью», «Бывает, что я не успеваю собраться с мыслями, мне трудно сформулировать мысль», «Меня не понимают», «Меня не понимает мой друг». Таким образом, высокая тревожность действительно создает проблемы в общении. По данным В. Р. Кисляковской, даже при эмоциональном благополучии тревожность ожиданий в общении отмечается у 45% подростков.

Эффективность деятельности тревожных. Относительно того, как тревожность сказывается на успешности обучения, исследователи получили неоднознач-

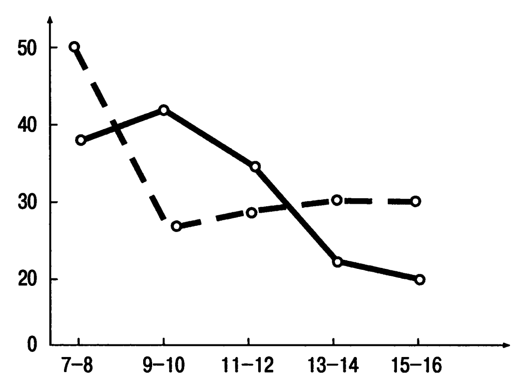




Рис. 8.2

Возрастные изменения числа школьников с высоким нейротизмом. **По вертикали** – число школьников, %; **по горизонтали** – возраст, годы. **Сплошная линия** – данные для мальчиков; **пунктирная**– данные для девочек

ные результаты. Было установлено (Р. Кэттелл и И. Шрейер), что связь таковой с успешностью умственной деятельности зависит от многих факторов: мотивации, трудности материала, возраста и других факторов. В целом очевидна отрицательная корреляция между тревожностью и успешностью обучения, однако тому может способствовать и незначительный уровень тревожности, поскольку это приводит к увеличению продолжительности самостоятельной работы с учебным материалом.

Л. Г. Матвеева (1991) выявила, что высокотревожные мальчики и девочки 6–10 лет испытывают трудности при выполнении заданий на вербальный интеллект, причем у девочек, в отличие от мальчиков, это особенно проявляется в начале решения и при переходе к новому типу задач, более сложному, чем предыдущий. Касательно невербального интеллекта зависимость обратная: чем выше уровень тревожности, тем лучше выполняются соответствующие задания.

Как установлено Н. А. Курдюковой (1997), успеваемость 10- и 11-классников, характеризующихся высоким уровнем тревожности, хуже, чем учащихся с низким уровнем таковой. По данным Ч. Спилбергера, студенты, которые отличаются высокой тревожностью, в четыре раза чаще других отчисляются из колледжа. С этим согласуются и выводы Н. П. Фетискина (1987), обнаружившего, что по сравнению с отличниками у отчисленных студентов высокая личностная тревожность более распространена (в 49% случаев против 36%), но у них же распространеннее и низкая тревожность (30% против 21%). Эти результаты отражают, очевидно, две причины неуспеваемости и отчисления. Обладающим высоким уровнем тревожности, вероятно, нелегко выдерживать нервно-психическое напряжение, связанное со сдачей зачетов и экзаменов. Низкая же степень тревожности, наоборот, не вызывает ответственного отношения к учебе, что тоже приводит к плачевным результатам. Преуспевали в учебе (были отличниками) чаще всего студенты со средней мерой тревожности (43% против 21% у отчисленных).

В исследовании Е. А. Сидорова (1983) было продемонстрировано, что чем ниже была активность школьников на уроках физкультуры, тем чаще отмечалась высокая тревожность (рис. 8.3).

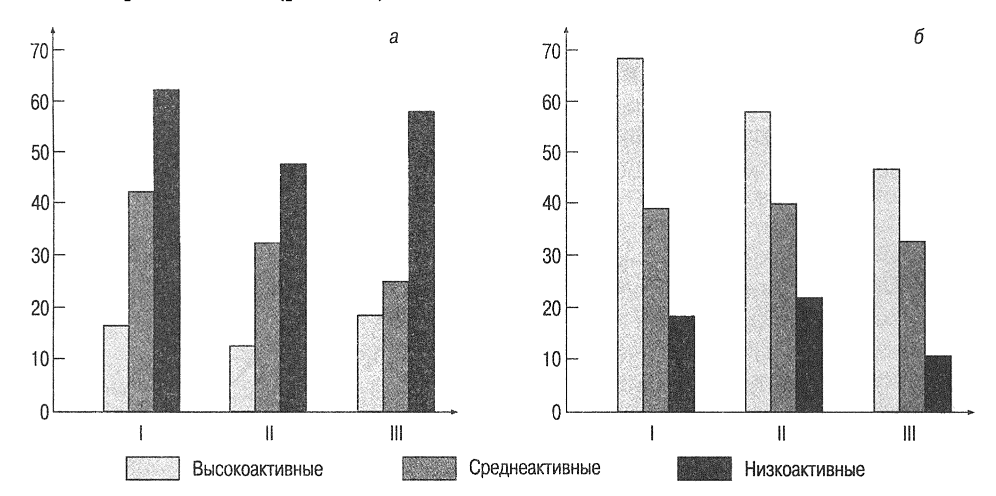


Рис. 8.3. Связь двигательной активности с тревожностью: *а* – высокая тревожность; *б* – низкая тревожность. **По вертикали** – число случаев, %; **по горизонтали**: I – младшие классы; II – средние классы; III – старшие классы

Как показали Р. Кэттелл и И. Шрейер, высокий уровень тревожности снижает успешность профессиональной деятельности. Повышенная личностная тревожность, по данным Ю. А. Цагарелли (1979), отрицательно влияет на успешность концертно-исполнительской деятельности музыкантов. Спортивные психологи (В. М. Миленин, 1970) установили: спортсмены, которым присуща высокая степень тревожности, на ответственных соревнованиях, как правило, выступают плохо. Поскольку тревожность и страх тесно связаны, рядом видов спорта (прыжки в воду, парашютный спорт) люди с высокой личностной тревожностью практически не занимаются, причем это касается не только спортсменов высокого класса, но и новичков. Кроме того, по данным Н. П. Фетискина (1981), подобные люди менее устойчивы к монотонной работе, чем лица с низкой тревожностью.

Однако и низкая тревожность может обусловливать плохую эффективность деятельности. Все зависит, очевидно, от ее вида, которым человек занимается. Например, по данным Н. Е. Высотской (1979), низкий, по оценкам педагогов, уровень таких профессионально важных качеств, как трудолюбие, эмоциональная выразительность, артистичность, наблюдался у учащихся хореографического училища, которые имели не только высокую, но и низкую степень тревожности (причем лиц со средней было больше, чем с высокой). Вместе с тем высокий уровень этих качеств наблюдался у учащихся с высокой и средней степенью тревожности, но не с низкой (табл. 8.2).

Таблица 8.2

Профессиональные качества и уровень тревожности

Качества	Уровень тревожности, % случаев		
	высокий	средний	низкий
Трудолюбие			
Хорошее	45,4	55,5	—
Плохое	65,0	15,0	20,0
Выразительность			
Хорошая	45,5	55,5	—
Плохая	50,0	28,5	21,5
Артистичность			
Хорошая	36,4	59,1	4,5
Плохая	38,5	38,5	33,0

Таким образом, обнаружилось, что учащиеся, добивающиеся в учебе больших успехов, имеют средний уровень тревожности. Очевидно, это объясняет, что успеваемость по танцевальным дисциплинам и актерскому мастерству обнаружила только одну достоверную линейную корреляцию с тревожностью (в группе девушек успеваемость по характерному танцу была тем выше, чем больше оказывалась степень личностной тревожности).

Очевидно, меньшая успешность людей, испытывающих высокую тревожность, обусловлена стандартными подходами в обучении и тем, что не учитывается специфика их психологических особенностей. При разработке же методов обучения, адекватных таким людям, успешность обучения может оказаться ничуть не меньшей, чем в случае с лицами, обладающими низким уровнем тревожности. В качестве доказательства приведу результаты исследования Ю. Н. Шувалова (1988) по начальному обучению студентов плаванию.

Было установлено, что высокий нейротизм препятствует тому, чтобы не умеющие плавать научились этому, поскольку они боялись глубины. Оказалось, у 80% студентов с высокой тревожностью имелась и врожденная трусливость. Поэтому только 52% из их числа проявили заинтересованность в обучении плаванию (в отличие от 74% студентов с низкой степенью тревожности).

Не останавливаясь на всех деталях этого интересного, хотя и предназначенного специалистам исследования, отмечу главное: использование дифференцированного подхода, разработанного Ю. Н. Шуваловым с учетом специфичных особенностей студентов с высокой тревожностью (в том числе внедрение курса психической регуляции), позволило преодолеть негативные тенденции таких студентов и всех их обучить плаванию за отведенное учебным планом время (при стандартном, одинаковом для всех подходе достигнуть такого не удавалось).

Тревожность влияет на стиль деятельности. Н. А. Буксеев (1987) показал, что высокая тревожность чаще встречается у борцов универсального стиля, реже — контратакующего и еще реже — у борцов атакующего стиля, т. е. агрессивных. По данным Е. П. Ильина и соавторов (1974), у «мягких» (либеральных) спортивных судей высокая тревожность встречается чаще, чем у «жестких» (автократичных).

Учителя с высокой личностной тревожностью обладают более низкой самооценкой и авторитарным стилем преподавания, избегая активных социальных контактов. В противоположность им педагоги с низким нейротизмом уверены в себе и стремятся к активному общению с людьми (Д. Райенс [D. Ryans], 1961).

Есть основания предполагать, что тревожность играет роль в естественном отборе для некоторых видов деятельности, в частности — в определенные виды спорта. Так, нет спортсменов с высокой тревожностью в парашютном спорте, причем как среди мастеров, так и новичков (Б. Карольчак, 1970; З. В. Григорьева, 1975), среди занимающихся прыжками в воду (Л. Е. Демьянов и др., 1974).

8.3. Модальностные эмоциональные типы

По П. В. Симонову (П. В. Симонов, П. М. Ершов, 1984), каждый тип темперамента связан с определенной группой эмоций. У холерика с его чертами преодоления, борьбы, агрессивности преобладают эмоции гнева и ярости. Для меланхолика с его нерешительностью и тяготением к обороне типичны страх, робость. Сангвиники и флегматики чаще испытывают положительные эмоции. Следует, однако, иметь в виду, что чистые типы темперамента встречаются редко, в основном они смешанные, поэтому проявление той или иной группы эмоций у конкретных людей будет сильно осложняться этим обстоятельством.

Поскольку склонность к переживанию эмоций определенной модальности выражена по-разному, исследователи стали изучать качественные индивидуальные особенности модальности. А. А. Плоткин (1983) выявил 13 типов модальностной

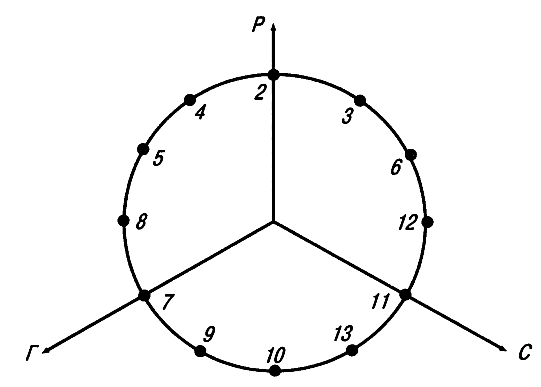


Рис. 8.4

Модальностные типы структуры эмоциональности (по А. А. Плоткину). Основные оси *Р*, *Г*, *С* – оси трехмерного пространства индивидуальных особенностей эмоциональности, соответствующие трем базальным модальностям (радости, гневу, страху); точки, отмеченные на окружности, обозначают различные типы соотношения модальностей

структуры эмоциональности (рис. 8.4), из которых 6 являются основными: радость преобладает над страхом и гневом, страх преобладает над радостью и гневом, гнев — над радостью и страхом, радость и страх — над гневом, радость и гнев преобладают над страхом, гнев и страх — над радостью.

И. В. Пацявичус (1980) показал, что субъекты, у которых преобладает переживание радости, обладают большей уверенностью в своих силах по сравнению с теми, у кого доминирует эмоция печали. Однако у первых результаты деятельности были более низкие, чем у вторых. Автор объясняет это тем, что устойчивые отрицательные переживания порождают активность, направленную на поиски и овладение новой информацией, способствующей усовершенствованию процесса саморегуляции, тогда как устойчивые положительные переживания этому препятствуют. По мнению И. В. Пацявичуса, положительные переживания закрепляют успешные действия и тем самым тормозят активность субъекта по обнаружению объективно более эффективных способов действия. Порог «субъективного успеха» у таких людей ниже, чем у лиц, переживающих негативные эмоции. Последние чаще недовольны собой и своими успехами. Они предъявляют к себе большие требования, поэтому достигнутое часто расценивается ими как «неуспех», а прикладываемые усилия — недостаточными.

Другую классификацию эмоциональных типов предложил Б. И. Додонов (1970, 1972, 1974). Хотя он и говорит об *общей эмоциональной направленности* людей (ОЭН), определяемой в зависимости от переживания, которое человек предпочитает испытывать, на самом деле речь у него идет о том, в какой сфере активности человек чаще всего испытывает радость: при оказании помощи другому (*альтруистический тип*), при достижении успеха в работе (*праксический тип*), при познании нового, подтверждении своих догадок и предположений (*гностический тип*).

Обнаружилось, что выраженность того или иного типа связана с доминированием определенной особенности личности: отзывчивости, трудолюбия или интеллектуального развития (см. табл. 8.3). Автор считает, что тип ОЭН способствует формированию того или иного свойства личности, поэтому оно и оказывается развитым несколько лучше, чем другие. В этом с Б. И. Додоновым можно поспорить. Более правдоподобным мне представляется обратный вариант: имеющиеся свойства личности (направленность на какой-то конкретный вид активности) определяют и ситуацию проявления радости, в результате чего и появляется типология, обнаруженная Б. И. Додоновым.

Таблица 8.3

Связь типов эмоциональной направленности личности с ее особенностями

Типы ОЭН	Иерархия свойств личности		
Альтруистический	Отзывчивость	Трудолюбие	Интеллектуальное развитие
Праксический	Трудолюбие	Интеллектуальное развитие	Отзывчивость
Гностический	Интеллектуальное развитие	Трудолюбие	Отзывчивость

8.4. Оптимисты — пессимисты

Эмоциональные различия между людьми в восприятии окружающего мира древнегреческие философы также учитывали как основу, создавая учение о темпераменте. Еще Платон обозначал эту разницу словами *dyscholos* («дурножелчный») и *eucholos* («благожелчный») и считал, что она отражает различную восприимчивость людей к приятным и неприятным впечатлениям, из-за которой дисхолик при неудачном исходе какого-нибудь дела будет сердиться и сокрушаться, а при удачном не будет радоваться; эвхолик, напротив: при неудаче не будет ни досадовать, ни убиваться, а при удаче станет радоваться. Считалось, что меланхолики, для которых характерны мнительность и мрачное настроение, склонны пессимистично воспринимать окружающий мир.

► **Оптимизм** и **пессимизм** (от лат. *optimus* — «наилучший», *pessimus* — «наихудший») — это понятия, характеризующие ту или иную положительную или негативную систему взглядов человека о мире, о происходящих и ожидаемых событиях и т. д.

В качестве психологической эмоциональной характеристики человека — это его общий тон и настрой на восприятие и оценку действительности. У оптимиста светлый, радостный тон восприятия жизни и ожидания будущего, у пессимиста — настроение безысходности.

В «Венецианском купце» В. Шекспира можно найти пример различий между оптимистами и пессимистами.

Природа на своем
Веку понатворила чудаков:
Одни готовы целый век хихикать,
И в их глазах всегда сквозит довольство;
Другие же с такою кислой рожей,
Что никогда улыбка их зубов
Не обнажит, хотя и сам бы Нестор
Их уверял, что стоит посмеяться.

А. Ф. Лазурский писал, что если хорошее или дурное настроение становится господствующим, постоянным, то возникает тип оптимиста или пессимиста, который на весь мир смотрит сквозь розовые или темные очки.

Оптимисты и пессимисты по-разному объясняют неприятные и приятные события, произошедшие с ними. Пессимисты считают, что причины их неприятно-

стей постоянны, а оптимисты полагают таковые временными. И наоборот, приятные события пессимисты рассматривают как преходящие, а оптимисты — неизбывными. По теории Зелигмана (Seligman, 1990), оптимизм и пессимизм — различные усвоенные когнитивные стили.

Являются ли оптимизм и пессимизм противоположными полюсами одного континуума? Если да, то бессмысленно прибегать для их оценки к разным методикам. Однако исследования свидетельствуют об обратном (Marshall et al., 1992; Robinson-Whelen et al., 1997). Пессимизм преимущественно соотносится с нейротизмом и негативным аффектом, а оптимизм – с экстраверсией и позитивным аффектом. Это указывает и на то, что оптимисты открыты новому опыту, новой стимуляции, а пессимисты более замкнуты и скованны во взаимодействии с окружающим миром (*Фрэнкин Р.* Мотивация поведения. СПб.: Питер, 2003. С. 519).

Для пессимистов характерна также глобальность в оценках неприятных событий (перенос негативной, пессимистической оценки на другие события и объекты).

У пессимистов выше артериальное давление, они чаще жалуются на свое самочувствие, а попав в места лишения свободы, переживают более тяжелую депрессию.

8.5. Застенчивые

Как отмечает Ф. Зимбардо (1991), *застенчивость* — понятие весьма расплывчатое: чем пристальнее мы в него присматриваемся, тем большее число видов застенчивости обнаруживаем. Автор отмечает, что первое письменное употребление данного слова зафиксировано в англосаксонском стихотворении, написанном около 1000 г., где оно означало «легкий испуг». По Ф. Зимбардо, застенчивость — это черта человека, связанная со стремлением избегать общения или уклоняться от социальных контактов (P. Zimbardo, A. Weber, 1997).Такое определение не совсем точно отражает суть данной черты. Ведь то же самое можно сказать и про интроверта. В Оксфордском словаре «застенчивость» определяется как состояние стеснения в присутствии других людей. В «Словаре русского языка» С. И. Ожегова она характеризуется склонностью человека к робкому или стыдливому поведению в общении. По мнению В. Джонса и Б. Карпентера (W. Jones, B. Carpenter, 1986), застенчивые люди описывают себя как неуклюжих, боящихся злых языков, не умеющих настаивать на своем, говорят, что они обречены на одиночество.

Застенчивость — явление распространенное. Согласно Ф. Зимбардо, 80% опрошенных им американцев ответили, что в какой-либо период своей жизни были застенчивыми. Примерно четверть респондентов назвала себя хронически застенчивыми. В последние десятилетия число американцев, признающих свою застенчивость, возросло с 40 до 50% (Carducci, Zimbardo, 1995). Как полагает В. Н. Куницына (1995), значительная часть взрослого населения нашей страны попадает в категорию застенчивых (30% женщин и 23% мужчин). У школьников таковыми являются от 25 до 35%.

Ф. Зимбардо утверждает, что мера застенчивости неодинакова у представителей разных культур. У японцев и у жителей Тайваня, например, она выше. У них же гораздо больше застенчивых мужчин, чем женщин. В Израиле, Мексике, Индии, наоборот, более застенчивы женщины, а в США эти различия отсутствуют.

Генезис застенчивости. О том, что застенчивость — качество врожденное, в конце XIX в. писал лондонский врач Г. Кэмпбелл (H. Campbell, 1896). Однако и в наше время Раймонд Кэттелл (R. Cattell, 1946) рассматривал застенчивость как биологически обусловленную черту, связанную с возбудимостью нервной системы. По мнению автора, застенчивые люди (черта *H*) обладают высокой возбудимостью нервной системы и чувствительностью и потому особенно уязвимы для социального стресса. Это находит подтверждение в данных А. А. Баранова (2002), выявившего отрицательную корреляцию между силой нервной системы и застенчивостью. Это значит, что для застенчивых характерна слабость нервной системы, которая связана с высокой чувствительностью. Правда, данная корреляция была выявлена только у учителей, обладающих высоким профессиональным мастерством.

Дж. Чик (1984) тоже считает, что около 40% людей застенчивы от природы. У робких имеется определенная биологическая предрасположенность симпатической нервной системы, которая заключается в излишней чувствительности к конфликтам и угрозе.

Д. Дэниэлс и Р. Пломин (D. Daniels, R. Plomin, 1985) считают, что застенчивость определяется как наследственностью, так и условиями воспитания. Они сравнивали 1–2-годовалых приемных детей с их родными и приемными родителями, а также детей этого же возраста в обычных семьях. В последнем случае застенчивость ребенка напрямую была связана с низкой общительностью и интровертированностью матери. Подобное же наблюдалось и в семьях с приемными детьми, только в меньшей степени. Эта разница свидетельствует о социальном факторе. Но, с другой стороны, у приемных детей обнаружилось, что их застенчивость тесно связана с интровертированностью родных матерей — факт, свидетельствующий о роли наследственности.

В работах психоаналитического толка застенчивость увязывается с отклонениями в развитии личности, когда нарушается гармония Ид, Эго и Супер-Эго. Д. Каплан (D. Kaplan, 1972), например, понимает застенчивость как результат ориентации Эго на самое себя (проявление нарциссизма). Он считает, что глубоко застенчивые люди склонны к фантазиям, доставляющим им большое удовольствие (т. е. к ярким и продолжительным мечтаниям — «снам наяву»). Но, как справедливо отмечает Ф. Зимбардо, все рассуждения психоаналитиков касаются патологической застенчивости. Поэтому вряд ли они могут объяснить возникновение нормальной черты.

Трудности изучения генезиса застенчивости связаны с тем, что эта особенность личности близка к боязливости, а смущение — к страху. Поэтому некоторые авторы стараются не пользоваться термином «застенчивость», а говорят о феномене поведенческого торможения или сдерживания (Д. Каган и др. [J. Kagan, J. Reznick, N. Snidmann, 1988]). Выявлено, что данный феномен устойчиво проявляется с 21-го месяца жизни ребенка до пяти с половиной лет.

Особенности личности застенчивых. У застенчивых людей часто бывает самосознание, сконцентрированное на производимом впечатлении и на социальных оценках. П. Пилконис и Ф. Зимбардо (P. Pilkonis, P. Zimbardo, 1979) нашли, что застенчивые люди обладают меньшей экстравертированностью, слабее контролируют свое поведение в ситуациях социального взаимодействия и более озабочены взаимоотношениями с окружающими, чем испытывающие застенчивости. У муж-

чин такая личностная особенность, по данным авторов, коррелирует с нейротизмом. Среди застенчивых женщин подобная связь отмечается только у тех, кто склонен к самокопанию. И. С. Кон (1989) полагает, что застенчивость обусловлена интроверсией, пониженным самоуважением и неудачным опытом межличностных контактов. Относительно же интроверсии и самоуважения — это еще вопрос; не обстоит ли дело как раз наоборот: не являются ли они сами следствием застенчивости?

По данным Нгуен Ки Тьюнга (2000), у субъектов с выраженной застенчивостью значительно чаще встречаются типологические особенности проявления свойств нервной системы, присущие трусливым: слабая нервная система (в 66% случаев), подвижность торможения (в 77% случаев) и преобладание торможения по «внешнему» балансу. Поэтому нет ничего удивительного, что застенчивость больше всего была выражена у лиц, склонных к демократическому стилю руководства: ведь этот стиль характерен для субъектов, склонных к трусливости.

Н. В. Шингаева (1998) выявила целый комплекс личностных особенностей застенчивых подростков. Различия между застенчивыми и «свободными в общении» выявились по параметрам ($p < 0{,}01$) экстраверсии — интроверсии, общительности, уравновешенности, личностной тревожности, сенситивности к отвержению, целеустремленности, решительности; по параметрам ($p < 0{,}05$) депрессивности, реактивной агрессивности, эмоциональной лабильности, реактивной тревожности, тенденции к присоединению, инициативности — самостоятельности, настойчивости, выдержке. Это позволило описать психологический портрет таких людей.

Они склонны к стрессовому реагированию на обычные жизненные ситуации, причем их реакция выстраивается по пассивно-оборонительному типу. Мучительно переживают ситуации, когда оказываются в центре внимания группы людей или когда их оценивают. Характеризуются беспокойством и мнительностью. В состоянии накала тревоги не могут сконцентрировать внимание. Нерешительны, недостаточно настойчивы в достижении цели, им трудно принимать решение. Испытывают трудности в общении, особенно с лицами противоположного пола.

Согласно Каспи с соавт. (Caspi et al., 1987, 1988), те мужчины, которые были в детстве застенчивыми, позже по сравнению с другими женились, позже становились отцами и позже приобрели стабильное положение. Женщины, отличавшиеся застенчивостью в детстве, не переставали быть таковыми без негативных для себя последствий. Они не засиживались незамужними и рожали детей, но меньше времени посвящали профессиональной карьере. Кроме того, застенчивые женщины выходили замуж за мужчин, имеющих более высокое социальное положение, возможно потому, что такая супруга считается более подходящей для домашней жизни.

Вопреки распространенному мнению о низкой самооценке себя как личности застенчивых, Л. Н. Галигузова (2000) этого не выявила: застенчивые дети по самооценке не отличались от незастенчивых.

Особенности общения застенчивых. Застенчивые часто погружены в себя, необщительны. Им легче контактировать с младшими по возрасту, чем со старшими и более компетентными людьми. Общение застенчивого человека подробно описано В. Н. Куницыной и Е. Н. Бойцовой (1983).

В группе людей застенчивый человек обычно держится обособленно, редко вступает в разговор, еще реже начинает его сам. В беседе ведет себя неловко, пытается уйти из центра внимания, меньше и тише говорит. Такой человек всегда скорее слушает, чем говорит сам, не решается задавать лишние вопросы, спорить, свое мнение обычно высказывает робко и нерешительно.

Застенчивого трудно вызвать на разговор, часто он не может выдавить из себя ни слова, его ответы обычно односложны. Такой человек подчас не может подобрать для разговора нужные слова, нередко заикается, а то и вовсе замолкает; для него характерна боязнь предпринять что-либо на людях. При всеобщем внимании к нему теряется, не знает, что ответить, как реагировать на реплику или шутку; застенчивому общение нередко бывает в тягость. Ему трудно принять решение.

Затруднения в общении, испытываемые застенчивым человеком, часто приводят к тому, что он замыкается в себе, и это в свою очередь нередко ведет к одиночеству, невозможности создать семью. Напряжение, испытываемое застенчивым при общении с людьми, может вызвать неврозы.

Негативные последствия застенчивости. Крайняя застенчивость, по данным П. Пилкониса и Ф. Зимбардо, имеет негативные последствия.

1. Застенчивость способствует социальной изоляции и тем самым полностью или частично лишает человека радости общения и социальной (эмоциональной) поддержки.
2. Человек оказывается уязвимым в стрессовых ситуациях из-за неразвитости навыков социального взаимодействия.
3. Не имея опыта искреннего и откровенного общения, застенчивые люди склонны думать о себе как об ущербных, не подозревая, что другие также могут испытывать смущение. Из-за подобной неосведомленности у них складывается неправильное представление о своем социальном поведении.
4. Застенчивость не позволяет другим людям положительно оценить достоинства человека, которому она свойственна. Его смущение не всегда распознается сторонними наблюдателями, особенно когда тот стремится компенсировать свою стеснительность развязностью, напористостью, шумным поведением (особенно это присуще мужчинам). Иногда смущение расценивается как замкнутость, отчужденность, высокомерие, зазнайство, а застенчивость (стыдливость) подростков взрослые часто принимают за скрытность. Правда, данная черта может восприниматься другими и как положительное качество человека, например как привлекательная скромность.
5. Застенчивость удерживает человека от того, чтобы выражать свое мнение и отстаивать свои права.
6. Застенчивость, как правило, сопровождается негативными переживаниями одиночества, тревожности и депрессии, она усугубляет чрезмерную сосредоточенность на себе и своем поведении, т. е. представляет собой душевный недуг, калечащий человека.

Возрастные особенности выраженности застенчивости. Различают возрастную застенчивость, которая возникает в период активного усвоения ребенком социального опыта. Застенчивость особенно проявляется в юности. П. Пилконис и Ф. Зимбардо, исследовав учащихся IV–VI классов школ и колледжей, выявили

42% застенчивых, причем различий между мальчиками и девочками по частоте ее проявления не было. Но вот в VII–VIII классах их количество возросло до 54%, причем за счет девочек.

Детская застенчивость — явление преходящее, исчезающее вместе с опытом установления контактов, что было доказано в ряде психолого-педагогических экспериментов.

Т. М. Сорокина (1977) учила в течение двух месяцев (50 непродолжительных встреч с интервалами в 1–2 дня) робких, застенчивых детей второго года жизни «деловому общению» в присутствии посторонних взрослых. На первом этапе она вступала с детьми в эмоциональный контакт: брала их на руки, ласкала, улыбалась, а когда тот смелел, прижимала к себе, сажала на колени. На втором этапе она показывала ребенку, сидящему у нее на коленях, заводные игрушки и добивалась того, чтобы тот сопереживал вместе с ней, а потом и сам активно делился с нею своими переживаниями от ярких и красочных впечатлений. В конце концов ребенок преодолевал свою робость и научался обращаться к взрослому уже главным образом по «деловым» вопросам и не ограничивался тем, что только льнул к нему. Менялись в лучшую сторону и эмоциональные характеристики поведения ребенка: чаще проявлялись положительные эмоции и реже — отрицательные, практически исчезали конфликтные эмоции.

В то же время результаты исследования Л. Н. Галигузовой (2000) дают основание говорить о сенситивном периоде застенчивости. В лонгитюдном исследовании автором было выявлено, что застенчивость слабее всего проявлялась у 4-летних детей, резко возрастала на 5-м году жизни, несколько снижалась к 6 и значительно сокращалась к 7 годам. Существенно также, что после 4 лет расширяется сфера проявления застенчивости: если в 4 года ребенок был таким только при одной форме общения, то, став старше, начинал вести себя застенчиво и при других формах.

Л. Н. Галигузовой установлены четыре основные причины застенчивого поведения дошкольников.

1. Наиболее распространенная причина — отношение ребенка к оценке взрослым его деятельности. У застенчивых детей отмечается обостренное ожидание и восприятие оценки. Интересно, что с возрастом формируется парадоксальное отношение к похвале взрослого: его одобрение вызывает не только радость, но и смущение.
2. Собственное отношение ребенка к своим конкретным действиям независимо от оценок взрослого. Дети ведут себя застенчиво, если ожидают неуспеха в деятельности. Они с робостью смотрят на взрослого, не решаясь попросить помощи. Смущение, сочетающееся с гордостью, может появиться и при успешном решении задачи.
3. Общая самооценка ребенка, которая отражается в его неуверенности в положительном отношении к нему взрослого, в одновременном желании и боязни привлечь к себе его внимание, выделиться из группы сверстников, оказаться в центре внимания.
4. Потребность застенчивых детей оградить внутреннее пространство своей личности от постороннего вмешательства и в то же время желание общаться со взрослым.

Своей спецификой обладает застенчивость 15–17-летних юношей и девушек в период общения их друг с другом. Б. Заззо (B. Zazzo, 1966) выявила, что в ответ на вопрос «В общении с кем вы чувствуете себя наиболее уверенно?» на сверстников противоположного пола указали только 8% опрошенных (для сравнения: ответ, что чувствуют себя наиболее уверенно со сверстниками своего пола, дали 30% респондентов). Интересно, что в общении с чужими взрослыми уровень застенчивости у них почти такой же, как и при контактировании со сверстниками противоположного пола (чувствуют себя уверенно только 10% опрошенных).

Беззастенчивые. Это чрезмерно свободные в общении, общительные до навязчивости, бесцеремонные люди. Их еще называют бесстыдными. Среди студентов и школьников, по данным В. Н. Куницыной, их 13%. Это экстравертированные, эмоционально возбудимые, смелые, склонные к риску и авантюризму. Они особенно конфликтны, авторитарны, обладают низким самоконтролем. Беззастенчивость чаще встречается среди мужчин, чем среди женщин. Любопытно, что среди представителей ряда обследованных В. Н. Куницыной профессий (учителя, бухгалтеры, экономисты, директора предприятий, таксисты) беззастенчивые оказались только среди таксистов.

В. Н. Куницына выделяет пять типов (групп) беззастенчивых.

1. Очень темпераментные люди, импульсивные; у них отсутствует контроль над словами.
2. Плохо воспитанные люди, а также те, кто ориентирован на самоутверждение. Они могут прервать разговор, не извинившись, у них нет чувства меры и такта; экстравагантны.
3. Возбудимые психопаты, истероидные личности, эгоцентричные, бесцеремонные и навязчивые до хамства.
4. Люди морально ущербные, карьеристы, беззастенчивые в самом худшем смысле слова. Самовлюбленные и наглые, хотя внешне вежливые. Подхалимы по отношению к старшим и грубияны с младшими.
5. Неадекватно адаптированные застенчивые; те, кто, пытаясь преодолеть свою застенчивость, впадают в другую крайность.

8.6. Сентиментальные

Некоторым людям свойственна эмоциональная чувствительность особого рода, называемая сентиментальностью (от франц. *sentiment* — «чувство»).

▶ **Сентиментальность** – это излишняя эмоциональная чувствительность, имеющая оттенок слащавости, приторной нежности или слезливой умилительности.

Сентиментален тот, кто способен легко растрогаться, расчувствоваться, взволноваться, кто легко приходит в состояние умиления, т. е. проявляет нежные «чувства» по отношению к объекту, кажущемуся ему трогательным.

Сентиментальные натуры склонны к созерцательности. Они чувствительны и пассивны, их чувства не вызывают активной деятельности, мир их переживаний замкнут в самом себе, они любуются ими. А. Ф. Лазурский писал о людях чувствительных («сентиментальных»), но неглубоких в своих переживаниях:

При виде какого-нибудь серьезного несчастия ахают, вздыхают и истекают слезами совершенно так же, как они это привыкли делать при всяком удобном случае, иногда из-за совершеннейших пустяков. По мере усиления раздражителя чувство у них, как и у других людей, также возрастает, но рост этот не идет дальше известного (сравнительно очень невысокого) предела, после которого интенсивность эмоции остается приблизительно одинаковой, как бы ни усиливался возбудитель (1995, с. 146).

8.7. Эмпатийные

Когда объектом эмоциональной восприимчивости индивида становятся переживания других людей, у него проявляется свойство, называемое *эмпатией* (от греч. *pathos* — «сильное и глубокое чувство, близкое к страданию», *em* — префикс, означающий «направление внутрь»).

▶ **Эмпатия** – такое духовное единение личностей, когда один человек настолько проникается переживаниями другого, что временно отождествляется с ним, как бы растворяется в нем.

Эта эмоциональная особенность человека играет большую роль в общении между людьми, в восприятии ими друг друга, установлении взаимопонимания. Л. Н. Толстой считал, например, что лучший человек живет своими мыслями и чужими чувствами, а худший — своими чувствами и чужими мыслями. Посредине писатель располагал все разнообразие человеческих душ.

Особенности личности, проявляющей высокую степень эмпатии. Как отмечает А. П. Василькова (1999), для проявляющих высокую степень эмпатии характерны мягкость, доброжелательность, общительность, эмоциональность, высокий интеллект, а для демонстрирующих низкую степень — замкнутость, недоброжелательность.

По данным Дж. Сальзера и Р. Берглаcard (J. Sulzer, R. Burglass, 1968), субъекты, которым свойственна высшая степень эмпатии, менее склонны приписывать людям вину за неблагоприятные события и не требуют особых наказаний за их проступки, т. е. проявляют снисходительность. П. Мартин и Т. Туми (P. Martin, T. Toomey, 1973) выявили, что такие люди проявляют себя как поленезависимые.

Факторы, влияющие на эмпатийность. Как показано Л. Мерфи (L. Murphy, 1937), проявление эмпатии детьми зависит от степени близости с объектом (чужой или близкий человек), частоты общения с ним (знакомый или незнакомый), интенсивности стимула, вызывающего эмпатию (боль, слезы), их предыдущего опыта. Развитие эмпатии у ребенка связано с возрастным изменением его темперамента, эмоциональной возбудимости, а также с влиянием тех социальных групп, в которых он воспитывается.

Важную роль в формировании и развитии эмпатии играет эмоция печали. Детский плач вызывает у матери чувство сострадания, побуждает обратить на ребенка внимание, успокоить его. Точно так же воспоминание о печальном событии, случившемся с близким человеком, вызывает жалость и сострадание к нему, желание помочь (Б. Мур и др. [B. Moor et al., 1984]).

А. А. Бодалев и Т. Р. Каштанова (1975) выявили, что широкий круг общения со сверстниками положительно коррелирует со способностью к сопереживанию.

По данным Е. Стотлэнда (E. Stotland et al., 1971), эмпатийность зависит от порядка рождения ребенка и от количества детей в семье. Первые и единственные

дети (ПЕ) более склонны к эмпатии, если люди — ее объекты — отличаются от них, если они зависят от них, не соревнуются с ними, обладают более высоким или более низким статусом. Чем более выражен у ПЕ мотив личного успеха, тем меньше проявляется эмпатийность. Позднерожденные (ПР) переживают за людей, если они похожи, обладают равным с ПР статусом, если отношения с объектом эмпатии характеризуются взаимностью и равной зависимостью. В ситуации соревнования ПР проявляют большую по сравнению с ПЕ эмпатию.

И. М. Юсупов (1993) выявил различия в эмпатийности между экстерналами и интерналами: у последних она выше. Он же изучил некоторые демографические факторы, влияющие на развитие эмпатии у подростков школы-интерната, приехавших учиться в город из сельской местности. Оказалось, что положительную связь с эмпатией (т. е. содействие ее развитию) обнаружила только социализация учащихся, проходившая в урбанизированных условиях. Если же последняя осуществлялась в сельских условиях, то она тормозила развитие эмпатии. Такое же влияние оказала и многодетность семьи, в которой воспитывался подросток. Кроме того, было выявлено, что с возрастом способность к эмпатии снижается.

Мешает формированию и проявлению эмпатии такое свойство личности, как эгоцентризм, а также испытываемый человеком психологический дискомфорт (тревожность, агрессивность, депрессия, невротизация). Играют свою роль и установки, препятствующие эмпатии: избегать лишних контактов, неуместность проявлять любопытство к другой личности, спокойно относиться к переживаниям и проблемам других людей. Возможно, именно этими личностными особенностями объясняется выявленный И. М. Юсуповым факт: тренинг эмпатийности продуктивен только с теми лицами, у которых ее исходный уровень не ниже среднего.

Обнаружена связь эмпатии и с силой нервной системы: у проявляющих высокую степень эмпатии слабая нервная система встречается несколько чаще, чем у тех, кто демонстрирует низкую степень (Н. В. Плешакова, 2001).

Возрастно-половые особенности выраженности эмпатийности. По некоторым данным, женщины более склонны к эмпатии, чем мужчины (Дж. Сидмэн [J. Sidman, 1969]). Однако Т. П. Гаврилова (1977) показала, что две формы эмпатичного поведения — сопереживание и сочувствие — по-разному проявляются у детей разного возраста и пола. Первая более характерна для младших школьников, а вторая — для подростков (рис. 8.5).

Сопереживание взрослым и животным чаще наблюдалось у мальчиков, а сочувствие — у девочек. По отношению же к сверстникам все оказалось наоборот: сопереживание чаще выражалось девочками, а сочувствие — мальчиками. В целом же и те и другие чаще сочувствовали, чем сопереживали.

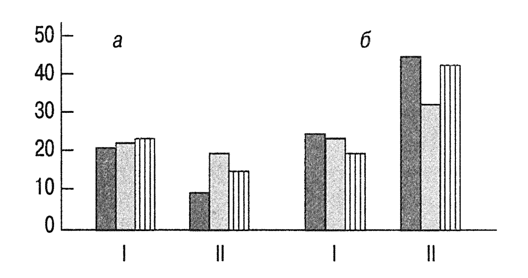


Рис. 8.5

Изменение с возрастом числа школьников, сопереживающих (*а*) и сочувствующих (*б*) разным объектам эмпатии. **По вертикали** – количество школьников; **по горизонтали** – I – 2-й класс, II – 5-й класс. **Темные столбики** – эмпатия к животным, **светлые** – эмпатия к сверстникам, **заштрихованные** – эмпатия к взрослым

8.8. Совестливые

В ряде работ зарубежных авторов совесть или способность испытывать вину рассматривается как личностная черта. Одними из первых сделали такую попытку Дж. Уайтинг и И. Чайлд (J. Whiting, I. Child, 1953). Правда, они изучали склонность к переживанию вины только по отношению к своей болезни. Была показана роль культурных традиций в воспитании совестливости. Так, обнаружено, что представители некоторых культур более склонны переживать стыд, в то время как другие — вину (Р. Бенедикт [R. Benedict, 1934]; М. Мид [M. Mead, 1956]; К. Изард, 2000).

Способствует формированию совестливости религиозное воспитание, вера в Бога, но главным фактором остается нравственное воспитание, формирование социально зрелой личности. Показано, например, что фактор пола оказывает более сильное влияние на переживание вины, чем религиозность: мужчины гораздо реже говорили о переживании вины, чем женщины. Это нашло подтверждение в моем исследовании совестливости, проведенном с помощью специально разработанного опросника: у мужчин ее уровень оказался равен 4,7 балла, а у женщин — 7,2 балла.

8.9. Обидчивые

Обидчивость как эмоциональное свойство личности определяет легкость возникновения эмоции обиды. У гордых, тщеславных, самолюбивых людей отмечается своего рода гиперестезия (повышенная чувствительность) осознания собственного достоинства, поэтому они расценивают самые обычные слова, сказанные в их адрес, как обидные, подозревают окружающих в том, что их намеренно обижают, хотя те даже и не думали об этом. Отдельный человек может быть особенно чувствителен в отношении каких-либо сторон, порождающих его обидчивость, с ними он обычно связывает наибольшую ущемленность собственного достоинства. Когда эти стороны оказываются задетыми, бурного ответного аффекта не избежать.

По данным П. А. Ковалева, изучавшего самооценку, касающуюся обидчивости у школьников 5–11-х классов, она наибольшая в период полового созревания человека, и в 3 возрастных группах из 5 выше у девочек, чем у мальчиков (рис. 8.6).

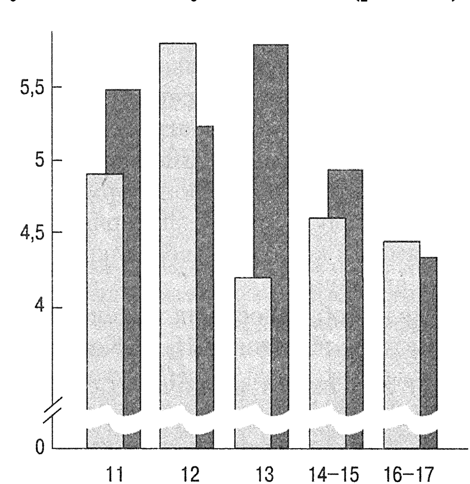


Рис. 8.6

Возрастная динамика обидчивости. **По вертикали** – самооценка обидчивости, баллы; **по горизонтали** – возраст, годы. **Светлые столбики** – данные мальчиков. **Темные столбики** – данные девочек

Обидчивость, согласно выводам П. А. Ковалева, связана со склонностью к агрессивному поведению, причем такая связь более тесная у девочек по сравнению с мальчиками (табл. 8.4)

Таблица 8.4

Коэффициенты корреляции обидчивости со склонностью к агрессивному поведению

Группы	Возраст, лет				
	11	12	13	14–15	16–17
Мальчики	0,39	0,50	0,12	0,43	
p	0,05	0,05		0,05	0,19
Девочки	0,56	0,62	0,61	0,51	
p	0,01	0,05	0,01	0,05	0,32

8.10. Гневливые и агрессивные

Ч. Спилбергер (C. Spielberger, 1994) выделил гневливость как устойчивую эмоциональную черту человека. Как черта она имеет несколько характеристик:

- гневливый человек склонен воспринимать широкий спектр ситуаций как провоцирующий;
- гневливость как реакция характеризуется от средневыраженного раздражения или досады до ярости и бешенства;
- это черта темперамента, которая проявляется и без связи с провоцирующей ситуацией.

Выявлено, что мужчины характеризуются более высоким уровнем проявления гнева, чем женщины (Eckhard et al., 1995).

Гнев и обида часто приводят к агрессивному поведению.

Типы агрессивного поведения. Исходя из выбранного субъектом способа поведения, выделяют *вербальную* и *физическую* агрессию (А. Басс и соавторы), а также третий самостоятельный вид такого поведения — косвенную агрессию. Мне представляется это не совсем логичным, поскольку косвенной может быть и вербальная и физическая агрессия (первая представляет ругань про себя, скандал с близкими людьми, не имеющими никакого отношения к конфликтной ситуации; вторая облекается в свои формы: хлопанье дверью на прощание, стучание кулаком по столу, бросание, швыряние предметов и т. д.). Поэтому логичнее говорить о прямой и косвенной вербальной агрессии, как и о прямой и косвенной физической агрессии.

Целесообразность их выделения и самостоятельного изучения подтверждается (исходя из данных П. А. Ковалева, 1996) тем, что:

1) они имеют различную степень проявления (или склонности к проявлению): косвенная вербальная агрессия проявляется вдвое чаще, чем косвенная физическая; кроме того, у мужчин больше всего проявляется прямая физическая агрессия, а у женщин — косвенная вербальная (что существен-

но уточняет имеющиеся в науке сведения о большей агрессивности мужчин по сравнению с женщинами);

2) косвенная вербальная агрессия, как правило, не коррелирует на значимом уровне с остальными видами агрессии, в то время как косвенная физическая агрессия по преимуществу демонстрирует достоверные связи с другими видами агрессии (прямой вербальной и прямой физической).

В то же время достоверные корреляции между суммарной вербальной и суммарной физической агрессией, с одной стороны, и суммарной прямой и суммарной косвенной агрессией — с другой — свидетельствуют о некоторой их общности, и поэтому можно говорить об агрессивном поведении как комплексном психологическом феномене. Однако при этом агрессивное поведение не следует путать со склонностью к нему (агрессивностью как интегральным личностным свойством) и с другими личностными характеристиками, облегчающими или затрудняющими формирование мотива агрессивного поведения (конфликтностью). Подобное смешение наблюдается у многих зарубежных и отечественных авторов.

Это приводит к тому, что в опросники на агрессивность включаются и вопросы, относящиеся к конфликтности, а в опросники на конфликтность входят вопросы, связанные с агрессивным поведением; при этом не учитывается, что эти два феномена отнюдь не тождественные. Ведь и зарубежные психологи признают, что фрустрация не всегда приводит к агрессивному поведению, так как у человека существуют тормозные механизмы, препятствующие осуществлению агрессивных намерений. Одним из них оказывается трусливость. Так, при наличии достоверной связи между суммарной агрессивностью и суммарной конфликтностью (выраженностью 8 конфликтных свойств личности) эта связь у трусливых менее тесная, чем у нетрусливых. Это свидетельствует, что высокая конфликтность может и не приводить к агрессивному поведению у трусливых людей или вызывать косвенную агрессию, а не прямую.

Ряд данных показывает, что люди отличаются агрессией, которая связана с характером. Исследователи предположили, что различная склонность людей к агрессивным действиям определяется тем, что они рождаются с разными порогами активации трех нейробиологических структур, задействованных в реализации агрессивного поведения: системы «борьбы – бегства» (СББ), которая включает в себя миндалевидную железу, гипоталамус и средний мозг и активируется, когда мы испытываем боль и фрустрацию; системы поведенческой активации (СПА), главным компонентом которой является дофаминергическая система, активирующаяся в случае фрустрации, чтобы избежать наказания или преодолеть препятствия; системы поведенческого торможения (СПТ), в которой задействовано несколько структур головного мозга и активация которой автоматически приводит к концентрации внимания на тех стимулах, которые являются угрожающими (Gray, 1991).

Возьмем, к примеру, вербальную агрессию. Согласно изложенной точке зрения, склонны к ней те, у кого низкий порог активации СПА и СББ и высокий – СПТ. Точнее, «люди с высоким уровнем вербальной агрессии имеют сильную мотивацию достичь цели, участвуя в межличностных взаимодействиях, они быстро переходят к агрессивной тактике в случае первых неудач и, если отсутствует надлежащее торможение, становятся агрессивными. Фокусировка внимания, сопровождающая активацию системы, обеспечивает постоянную сосредоточенность на цели и сводит к минимуму внимание к возможным негативным последствиям агрессивного символического действия (Beatty, McCoskey, 1997, с. 450). Понятие порогов является важной составляющей теории, поскольку позволяет понять, что даже люди, обладающие невысокой агрессивностью характера, способны проявить ее вербально, если достаточно событий, чтобы активировать СББ и СПА, но мало для активации СПТ (*Фрэнкин Р.* Мотивация поведения. СПб.: Питер, 2003. С. 371).

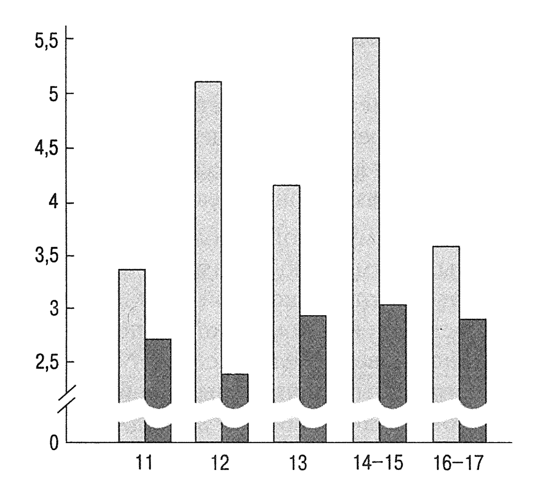


Рис. 8.7

Возрастная динамика мстительности. **По вертикали** – самооценка мстительности, баллы; **по горизонтали** – возраст, годы. **Светлые столбики** – данные для мальчиков, **темные** – данные для девочек

Мстительность — это склонность человека к мести, т. е. к агрессии в отплату за причиненное зло. П. А. Ковалев, исследуя мстительность у школьников 5–11-х классов, пришел к выводу, что, во-первых, во всех возрастах она выражена сильнее у мальчиков, чем у девочек, и, во-вторых, наибольшая мстительность у мальчиков наблюдается в возрасте 12 и 14–15 лет (рис. 8.7). У девочек существенной возрастной динамики мстительности не выявлено.

Между мстительностью и склонностью к агрессивному поведению, по данным П. А. Ковалева, в большинстве возрастных групп выявлена связь, причем более тесная — у девочек (табл. 8.5).

Таблица 8.5

Коэффициенты корреляции между мстительностью и склонностью к агрессивному поведению

Группы	Возраст, лет				
	11	12	13	14–15	16–17
Мальчики	0,41	0,35	0,54	0,26	0,52
p	<0,05		<0,01		<0,05
Девочки	0,46	0,56	0,40	0,76	0,32
p	<0,05	<0,05	<0,05	<0,01	

Эти данные объясняют выявленный Нгуен Ки Тыонгом (2000) факт, что мстительность больше выражена у лиц, склонных к автократическому стилю руководства.

Ауто- и гетероагрессия. Агрессивное поведение при фрустрации, как уже говорилось, может быть направлено на разные объекты: на других людей и на самого себя. В первом случае говорят о гетероагрессии, во втором — об аутоагрессии.

При сравнении лиц мужского и женского пола по агрессивности с учетом маскулинности — фемининности тех и других (Е. В. Козырева, 2002) были получены результаты, не подтверждающие распространенное в психологии представление о большей агрессивности мужчин и меньшей — женщин. Аутоагрессия несколько

более выражена у женщин, особенно с ярко проявленной фемининностью, а у фемининных мужчин аутоагрессия равна гетероагрессии. Последняя явно сильнее у мужчин и женщин с ярко выраженной маскулинностью (табл. 8.6). Из показанных в таблице цифр становятся очевидны тенденции, приводящие к этому: чем слабее у мужчин выражена маскулинность, тем сильнее аутоагрессия, а у женщин большая проявленность маскулинности сопровождается более выраженной гетероагрессией. Соответственно разность между ауто- и гетероагрессией из отчетливо отрицательной по мере уменьшения маскулинности становится либо положительной (как у женщин), либо приближается к нулю (как у мужчин).

Таблица 8.6

Самооценка ауто- и гетероагрессии мужчин и женщин в зависимости от выраженности маскулинности, фемининности и андрогинности, баллы

Половые типы	Аутоагрессия	Гетероагрессия	Разность
Мужчины			
с маскулинностью			
сильной	2,9	4,9	–2,0
слабой	3,6	5,2	–1,6
с фемининностью	4,6	4,8	–0,2
Женщины			
с маскулинностью	3,7	5,2	–1,5
с андрогинностью	3,8	4,2	–0,4
с фемининностью	4,2	4,2	+0,1

По данным Е. В. Козыревой, лица, склонные к аутоагрессии, имеют более высокий уровень застенчивости и совестливости, чем лица, склонные к гетероагрессии (табл. 8.7). У женщин эта тенденция проявляется четче, особенно в отношении аутоагрессии.

Таблица 8.7

Выраженность склонности к ауто-и гетероагрессии у лиц с различной застенчивостью и совестливостью, баллы

Свойства личности	Аутоагрессия		Гетероагрессия	
	Мужчины	Женщины	Мужчины	Женщины
Застенчивость				
высокая	4,3	4,9	4,4	4,4
низкая	3,7	3,0	5,1	5,5
Совестливость				
высокая	3,9	4,1	4,7	4,9
низкая	3,7	3,3	5,1	5,2

На агрессивность влияют особенности воспитания детей в семье. Е. В. Козырева выявила, что высокий уровень гетероагрессивности подростков обнаруживается при отсутствии общих интересов в семье, при отвержении ребенка родителями, при недружеских взаимоотношениях в семье и при использовании жестких методов воспитания. Высокий уровень аутоагрессивности наблюдается при отсутствии общих дел и взаимопомощи в семье, а также при использовании жестких методов воспитания.

8.11. Ревнивцы и завистливые

Эти два качества по своему содержанию близки друг к другу, поэтому ряд психологов считают ревность и зависть синонимичными понятиями.

Ревнивцы. Существует категория людей, которых называют ревнивцами, т. е. они имеют устойчивую склонность к ревности.

▶ **Ревность** – это подозрительное отношение человека к объекту обожания, связанное с мучительным сомнением в его верности либо знанием о его неверности.

Выделяют несколько видов ревности: тираническая, от ущемленности самолюбия, обращенная, привитая (Э. Э. Линчевский, 1978).

Тираническая ревность возникает у упрямых, деспотичных, самодовольных, мелочных, эмоционально холодных и отчужденных субъектов. Такие люди предъявляют окружающим очень высокие требования, выполнить которые бывает трудно или вовсе невозможно, и не вызывают у сексуального партнера не только сочувствия, но и приводят к охлаждению во взаимоотношениях. Когда такой деспотичный человек пытается найти объяснение возникшему охлаждению, то причину видит не в себе самом, а в партнере, «у которого возник посторонний интерес, наклонность к неверности». В художественной литературе можно найти немало подобных ревнивцев: Алеко («Цыганы» А. С. Пушкина), Арбенин («Маскарад» М. Ю. Лермонтова), Рогожин («Идиот» Ф. М. Достоевского), Любаша (опера Н. А. Римского-Корсакова «Царская невеста»).

Ревность от ущемленности самолюбия проявляется у людей с тревожно-мнительным характером, с низкой самооценкой, неуверенных в себе, легко впадающих в тоску и отчаяние, склонных преувеличивать неприятности и опасности. Неуверенность в себе, чувство собственной неполноценности заставляют такого человека видеть соперника в каждом встречном. И если ему покажется, что партнер не проявил к нему должного внимания, у него сразу возникают сомнения, подозрения относительно верности любимого человека. Примером подобного ревнивца служит Позднышев в «Крейцеровой сонате» Л. Н. Толстого.

Обращенная ревность — результат собственных тенденций неверности, ее проекция на партнера. Ход рассуждений человека тогда таков: раз помыслы о супружеской неверности имеются у него, то почему они не могут быть и у других, в том числе и у его партнера? Обычно обращенная ревность приходит на смену угасшей любви, так как сохраняющаяся любовь редко сочетается с мечтами о других сексуальных партнерах. Данный вид ревности наиболее бытовой, прозаический.

Привитая ревность представляет итог внушения со стороны, что «все мужчины (женщины) одинаковые», намеков по поводу неверности супруга. Ярким примером такого ревнивца является Отелло, которого Яго настроил против Дездемоны.

Конечно, в жизни возможны сочетания элементов всех этих видов ревности, поэтому наблюдать их в чистом форме можно нечасто.

Нормальную ревнивость, описанную выше, следует отличать от патологической.

Завистливые люди — продукт неправильного воспитания. Возникновению этой индивидуальной особенности способствуют такие личностные факторы, как эгоизм и себялюбие (Ж. Дескюрэ, 1899), тщеславие и чрезмерное честолюбие, что отмечал еще Аристотель.

Н. В. Персианиновой (2002) установлена связь между завистливостью и другими личностными особенностями. По данным автора, интерналы и люди, имеющие высокую самооценку, менее завистливы, чем экстерналы и имеющие низкую самооценку.

ГЛАВА 9

Мотивационные различия

Мотивация как процесс формирования мотива и сами мотивы у разных людей имеют ряд стабильных особенностей. Мотивационные процессы у кого-то развернутые, в них учитываются многие факторы (мотиваторы); у иного же они свернутые, из-за чего принимаемые решения кажутся поверхностными, недостаточно обоснованными. Когда формируется намерение, часть людей считают главными какие-либо определенные обстоятельства, а другая часть — совершенно противоположные; у одних субъектов мотив очень сильный, доходящий до азарта, у других — слабый и неустойчивый. Ниже рассматриваются основные различия между людьми, проявляющиеся в их мотивационной сфере.

9.1. Индивидуальные особенности мотивации

Известно, что у людей потребности выражены по-разному. Для биологических потребностей значимыми оказываются типы телосложения, темперамента, конституции, которые в конечном итоге связаны с интенсивностью обменных процессов в организме. Так, пикникам в силу интенсивности их обменных процессов требуется частое употребление пищи, астеники же состояние голода переносят легче. Пикники более чувствительны и к отсутствию воды. При нормальном же пищевом и водном режиме астеники более чувствительны к тепловому режиму.

Потребность в движении более актуальна для людей атлетического телосложения, чем для астеников и тем более пикников. Поэтому гипокинезия (ограничение двигательной активности) больше влияет на самочувствие и настроение атлетиков. Пикники предпочитают даже «обездвиженность», она для них более комфортна, чем физические нагрузки. В исследованиях Н. П. Фетискина (1979) и Е. А. Сидорова (1983) выявлена связь потребности в двигательной активности с типологическими особенностями нервной системы: у лиц с сильной нервной системой и преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу потребность в двигательной активности больше, чем у лиц с противоположными типологическими особенностями (со слабой нервной системой и доминированием торможения). Согласно данным Н. П. Фетискина, это различие может быть трехкратным.

Любознательность как индивидуальная потребностная особенность личности. К. К. Платонов определяет любопытство как устойчивое *свойство личности*, выражающееся в нецеленаправленной эмоционально окрашенной *любознательности*. Достаточно вспомнить людей, для которых «совать нос не в свои дела» стало привычкой. Однако чаще всего любознательность проявляется как положительное отношение и целенаправленное стремление к приобретению новых знаний, как пытливость. Человек испытывает потребность в положительных эмо-

циях именно от получения новых знаний. У детей 4–5 лет, которых называют «почемучками», она выражена особенно сильно. Но и взрослые, склонные к научной деятельности, тоже страдают этой «детской болезнью».

Таким образом, любознательность, как устойчивая черта личности, отражает и эмоциональную, и мотивационную сферу в их единстве, образуя своеобразный эмоционально-мотивационный комплекс.

* * *

Однако возникновение потребности — только начало процесса формирования мотива, который также может иметь индивидуальные особенности в зависимости от свойств личности. Так, К. Обуховский (1971) отмечает, что психастеники предъявляют необычайно высокие требования к своему моральному облику, поэтому у них в формировании мотива непременное участие должен принимать такой мотиватор, как нравственный контроль. У других же подобные проблемы не возникают, поскольку при обосновании принимаемых решений они руководствуются иными ценностями, например личной преданностью руководителю, начальнику.

Особенности личности вмешиваются в процесс формирования мотива на всех этапах. Возникновение и переживание состояний (обиды, злости и т. п.), приводящих к желанию прибегнуть к определенной форме агрессии, в значительной степени зависят от выраженности у субъекта конфликтных черт личности: вспыльчивости, обидчивости, нетерпимости к мнению других и т. п. Эти черты заставляют воспринимать конфликтную или фрустрирующую ситуацию острее.

На стадии принятия решения сильное влияние на процесс мотивации могут оказывать такие волевые качества, как решительность и смелость. Нерешительность может затягивать принятие решения, а боязливость — привести к отказу совершить то или иное действие. По данным М. Л. Кубышкиной (1997), сильная мотивация добиться социального успеха (стремление к признанию, достижениям в значимой деятельности, соперничеству) связана с уверенностью человека в собственном обаянии, в привлекательности своей личности. При этом женщины высоко оценивают свои деловые качества (практичность, организованность, предприимчивость, предусмотрительность), а мужчины — качества, необходимые общественному деятелю (интеллект, умение ладить с людьми, личное влияние).

Стремящиеся к признанию наиболее высоко оценивают свои коммуникативные качества (общительность, воспитанность, обаяние, умение ладить с людьми) и частично — свойства социального интеллекта (юмор, проницательность). Эта самооценка подкрепляется действительной выраженностью у таких людей экстраверсии, манипулятивности и авантюристичности.

Субъекты, у которых преобладает мотив соперничества, наиболее ценят свою предприимчивость, волю. Они рассчитывают на свою энергию, напор, доказательством чему служит жесткость их поведения — доминантность и агрессивность.

Те же, кто более всего стремится к достижениям в значимой деятельности, склонны выделять свои деловые качества, например практичность, организованность, предприимчивость, волю, предусмотрительность. Реально эти самооценки подкрепляются ответственностью и деловой направленностью этих субъектов.

Таким образом, данные М. Л. Кубышкиной хорошо иллюстрируют положение, что направленность мотивации определяется теми или иными особенностями личности и их самооценкой субъектом.

О том, какую роль в процессе мотивации играют установки (аттитюды), мировоззрение, предпочтения, много говорить не надо.

Имеет значение и развитие интеллекта. Как отмечает К. Обуховский (1971), легкость формирования мотива наблюдается, с одной стороны, у лиц с примитивным мышлением, с другой — и у людей с высокой духовной культурой. Утонченные интеллектуалы, привыкшие постоянно контролировать себя, испытывают трудности в выборе целей и средств их достижения. Часто формулирование цели становится для них невозможным, и поэтому они характеризуются непоследовательностью действий, внезапностью порывов и отказами от намеченного.

Стилевые особенности мотивации. Сказанное выше дает основание говорить о различных стилях мотивации. В частности, к ним можно отнести выделенные В. Н. Азаровым (1988) стили действования: *импульсивный* и *управляемый* (рефлексивно-волевой), которые в значительной степени отражают особенности формирования мотива. Под импульсивным стилем действования автор понимает склонность реализовать ситуативные тенденции при минимальном обдумывании вариантов и последствий своих действий, а под рефлексивно-волевым — стиль, характеризующийся выраженной регуляцией действий, опосредуемых развернутым анализом возможных способов достижения цели.

Другими стилями мотивации могут быть особенности построения основания поступка (мотива) с опорой на свои возможности, усилия или же на обстоятельства, случай. Этот аспект мотивации рассмотрен Дж. Роттером (1954) в его концепции о внешнем и внутреннем локусе контроля (внешнего и внутреннего контроля подкрепления). При внутреннем локусе контроля речь идет об убеждениях, касающихся собственной деятельности и того, насколько человек собственными усилиями может добиться желаемого. Несмотря на то что такие убеждения могут зависеть и от особенностей ситуации, Дж. Роттер указывает что одно и то же подкрепляющее событие (желательное последствие действия) может вызывать у разных индивидов различные реакции.

В одном случае индивид считает, что достижение успеха зависит от него самого, в другом — от внешних обстоятельств или случайности. Это сказывается на уровне притязаний — индивиды с внутренним локусом контроля чаще выбирают легкие задания, — а при обосновании своих действий они опираются чаще на потребность, чем на долженствование, лучше просчитывают последствия и объект удовлетворения потребности (А. В. Ермолин, 1996).

Близка к концепции Дж. Роттера и концепция де Чармса (DeCharms R., 1976), различающего два типа личности: «самобытная» и «пешка». Самобытная личность относится к своим действиям как свободным, самостоятельным (в смысле принятия решения), «пешка» же видит себя как объект, подчиненный внешнему управлению и принуждению. Правда, автор пишет, что это различие относительно: в одних случаях (обстоятельствах) индивид ощущает себя больше как самобытная личность, а в других — больше пешкой. Этот личностный аспект — гораздо более важный мотивационный фактор, чем реальные события, продолжает де Чармс. Если личность ощущает себя «самобытной», то для предсказания ее поведения это имеет большую значимость, чем любой другой объективный показатель принуждения. И напротив, если личность считает себя «пешкой», то ее поведение будет сильно зависеть от внешних факторов, хотя объективные данные свидетельствуют о ее свободе. «Самобытному» индивиду присуще сильное чувст-

во личной причастности, ощущение, что локус сил, влияющих на его окружение, находится в нем самом. Обратная связь, подкрепляющая это ощущение, определяется теми изменениями в окружении, которые приписываются собственным действиям. В этом и состоит суть мощного мотивационного воздействия данного фактора на поведение. «Пешка» ощущает эти силы как неподвластные ему, как личностные силы других людей. Из этого складывается чувство бессилия, подчиненности другим людям.

Значительное влияние на процесс мотивации при осуществлении руководства могут оказывать такие свойства личности, как властность или же боязнь ответственности. Их наличие может обусловливать стихийное формирование стиля руководства (авторитарного, демократического, либерального), существенной характеристикой которого служит единоличное или групповое принятие решения — что, как и когда делать.

Согласно исследованию Е. П. Ильина и Нгуэна Ки Тыонга (1999), склонные к демократическому стилю руководства обладают большей полезависимостью, чем расположенные к авторитарному и либеральному стилям; следовательно, они в большей мере склонны при принятии решения учитывать внешние факторы. У «автократов» сильнее выражена направленность на результат деятельности, а у «либералов» — на ее процесс. У «демократов» очевиднее склонность к альтруизму, а у «автократов» и «либералов» — к эгоизму. Стремление к власти намного заметнее у «автократов» и слабее всего — у «либералов».

Еще одна стилевая особенность процесса мотивации связана со стремлением субъектов к успеху или избеганию неудачи (Д. Мак-Клелланд, Д. Аткинсон). Если человек ориентирован на успех, он не испытывает страха перед неудачей, а если на избегание неудачи, то будет тщательнее взвешивать свои возможности, колебаться при принятии решения. Поскольку лица с мотивацией избегания неудачи боятся критики, они в качестве психологической защиты чаще, чем стремящиеся к достижению успеха, мотивируют свои поступки с помощью декларируемой нравственности (А. В. Ярмолин).

Доминирование у человека тех или иных мотивов приводит к разным стилям поведения. У. Барри (1999) выявил, что персоны с выраженным состязательным мотивом (мотивом соперничества) стремятся занимать более выгодное положение, чем другие, стремятся к лидерству, воспринимают окружающих людей свысока, считая их робкими. Индивиды с выраженным мотивом достижения, ориентированные на успех, характеризуются самоуверенностью в суждениях и поведении, своенравностью, постоянно борются за более высокий статус. Поэтому на других людей они смотрят свысока, считая их уступчивыми, зависимыми, покорными.

Как показано А. В. Ермолиным (1997), то какой из мотиваторов чаще актуализируется в сознании субъекта, зависит как от постановки вопроса («почему?» или «для чего?»), так и от личностных свойств индивидуума. Полученные автором данные приведены в табл. 9.1.

Насколько видно из таблицы, потребность как причина поступка чаще всего называется лицами экстравертного типа, с низким нейротизмом, высокой самооценкой, со склонностью к избеганию неудач и т. д., в то время как долженствование (как причина поступка) называется чаще теми, кто имеет противоположные личностные свойства.

Таблица 9.1

Связь выбора мотиватора с типическими свойствами личности

Свойство личности	Степень выраженности	Компоненты мотива											
		П	Д	Му	Предп.		НК		Пп	Ов	Цп	Од	Пудп
					Внеш.	Внут.	Дек.	Недек.					
Экстраверсия	Низкая		+		+			+	+		+		
	Высокая	+		+		+				+			+
Нейротизм	Низкая	+			+			+	+			+	+
	Высокая		+			+					+		
Самооценка	Низкая		+	+		+		+			+		
	Высокая	+			+		+		+	+		+	
Потребность в достижении	Низкая			+				+	+	+	+	+	
	Высокая		+		+	+	+						+
Избегание неудачи		+					+			+			+
Стремление к успеху			+	+					+		+	+	
Импульсивность	Низкая		+		+			+					
	Высокая	+		+		+							
Локус контроля	Низкий		+		+	+		+		+		+	+
	Высокий	+		+			+		+		+		

С другой стороны, экстраверты чаще указывают среди мотиваторов потребность, мотивационную установку, внутреннее предпочтение (склонность), оценку возможностей и процесс удовлетворения потребностей, а интроверты — долженствование, внешнее предпочтение, недекларируемую нравственность, прогноз последствий и цель, связанную с потребностями.

Такой мотиватор, как оценка своих возможностей (способностей), задействуется людьми с различной мотивацией неодинаково. Стремящиеся к успеху объясняют его наличием способностей, а избегающие неудач интерпретируют как отсутствием способностей. При этом, как понятно из табл. 9.1, придерживающиеся мотивации избегания неудачи прибегают к оценке своих возможностей при объяснении собственных поступков чаще, чем индивиды с мотивацией к успеху.

Таким образом, последние свои достижения приписывают внутренним факторам (способностям, старанию и т. п.), а избегающие неудачи — внешним (легкости задания, везению и т. п.).

Этнические особенности мотивации. В ряде работ указаны этнические различия в мотивации, обусловленные как образом жизни, так и национальными традициями и характером. Сравнение американских и российских студентов, прове-

денное О. С. Дейнека (1999), продемонстрировало, что для первых «разумная осторожность» при принятии решения более характерна, чем для вторых. Американцы реже поступают «на авось», лучше осознают стили поведения в ситуации риска, дифференцированнее относятся к риску при принятии решения, более взвешенно действуют потом.

9.2. Два типа людей: стремящиеся к достижению и избегающие неудачи

В данном разделе речь пойдет о мотиве достижения, который в качестве устойчивой характеристики человека был выделен Г. Мюрреем.

Представление о потребности в достижениях берет свое начало из понятия Ф. Хоппе «я-уровень», означающего стремление человека удерживать самосознание на возможно более высоком уровне с помощью высокого личного стандарта достижений (уровня притязаний). Позднее это понятие превратилось в «мотив достижения», определяемый Х. Хекхаузеном как стремление повышать свои способности и умения, поддерживать их на возможно более высоком уровне в тех видах деятельности, относительно которых достижения считаются обязательными.

В дальнейшем были выделены две независимые тенденции, которые существуют в границах данного мотива. Они характеризуют два типа людей: одни стремятся к успеху, а другие хотят избежать неудачи. Обе тенденции обозначаются как *мотивация достижения* (*потребность в достижениях*). В случае с первой тенденцией, приступая к деятельности, человек думает прежде всего о достижении успеха. Вторая же заставляет человека думать главным образом о возможности неудачи, порицания, наказания. Для такого индивида ожидание негативных последствий становится определяющим (вспомните рассказ А. П. Чехова «Человек в футляре», герой которого действовал по принципу «как бы чего не вышло»).

Исследования, выполненные Д. Мак-Клелландом, выявили три основные характеристики людей, имеющих ярко выраженное стремление к достижениям.

1. Предпочитают работать в таких условиях, которые позволяют им при решении разнообразных проблем брать ответственность на себя.
2. Проявляют склонность к заранее «просчитанному» риску и ставят перед собой реальные и достижимые цели.
3. Постоянно нуждаются в признании своих заслуг и в обратной связи, так как им необходимо знать, насколько хорошо они работают.

Люди, нацеленные на успех, наиболее сильно мотивируются заданиями средней трудности, с вероятностью достижения успеха от 30 до 50%, мотивированные же на неудачу — заданиями или слишком легкими, или повышенной трудности. В отношении целей, достижение которых зависит от случайности, ориентированные на успех предпочитают наименее рискованные ставки, а мотивированные на неудачу — наиболее рискованные, так как они полагают, будто достижение результата от их способностей не зависит.

Мотивированные на успех в ситуации игры выбирают более сильного партнера, т. е. предпочитают меньшую степень достижимости результата. Мотивированные на неудачу выбирают в аналогичных обстоятельствах равного себе партнера.

Установлено, что чем выше уровень мотива достижения, тем выше нейротизм.

Мотивация достижений, по данным Е. К. Фещенко (1999), связана с проявлением волевых качеств терпеливости, упорства и настойчивости (табл. 9.2).

Таблица 9.2

Коэффициенты корреляции мотивации достижения с выраженностью (по самооценкам) волевых качеств, характеризующих целеустремленность учащихся

Волевые качества	9-й класс $n = 38$	10-й класс $n = 32$	11-й класс $n = 30$	Студенты $n = 65$
Терпеливость	0,22	0,28	0,30	0,29 ($p < 0,03$)
Упорство	0,29	0,36 ($p < 0,04$)	0,37 ($p < 0,05$)	0,40 ($p < 0,01$)
Настойчивость	0,32 ($p < 0,05$)	0,41 ($p < 0,02$)	0,43 ($p < 0,02$)	0,44 ($p < 0,01$)

Во-первых, из таблицы следует, что чем старше учащиеся, тем бóльшую роль играет мотивация достижения в проявлении волевых качеств, связанных с достижением цели. Во-вторых, мотивация достижения имеет разное значение для проявления терпеливости, упорства и настойчивости (наибольшее для настойчивости и не играет заметной роли для проявления терпеливости). Это видно как по тесноте связей, так и по уровню значимости.

Согласно Н. А. Герасимовой (2000), чем значительнее мотив достижения, чем чаще ему соответствуют следующие типологические особенности свойств нервной системы: сильная нервная система, подвижность возбуждения и торможения и преобладание возбуждения по «внешнему» и «внутреннему» балансам. Однако эти данные, полученные на выборке старших подростков, требуют подтверждения на большей выборке.

Психологический портрет личностей с мотивацией достижения. Активны, инициативны. Если встречаются препятствия – ищут способы их преодоления. Продуктивность деятельности и степень ее активности в меньшей мере зависят от внешнего контроля. Отличаются настойчивостью в достижении цели. Склонны планировать свое будущее на большие промежутки времени.

Предпочитают брать на себя средние по трудности или же слегка завышенные, хотя и выполнимые, обязательства. Ставят перед собой реально достижимые цели. Если рискуют, то расчетливо. Обычно такие качества обеспечивают суммарный успех, существенно отличный как от незначительных достижений при заниженных обязательствах, так и от случайного везения – при завышенных.

Склонны к переоценке своих неудач в свете достигнутых успехов. При выполнении заданий проблемного характера, а также в условиях дефицита времени результативность деятельности, как правило, улучшается. Склонны к восприятию и переживанию времени как «целенаправленного и быстрого», а не бесцельно текущего.

Привлекательность задачи возрастает пропорционально ее сложности. В особенности это проявляется на примере добровольных, а не навязанных извне обязательств. В случае же неудачного выполнения такого «навязанного» задания его привлекательность остается тем не менее на прежнем уровне.

Психологический портрет личностей с мотивацией боязни неудачи. Малоинициативны. Избегают ответственных заданий, изыскивают причины отказа от них. Ставят перед собой неоправданно завышенные цели; плохо оценивают свои возможности. В других случаях, напротив, выбирают легкие задания, не требующие особых трудовых затрат.

Склонны к переоценке своих успехов в свете неудач, что, очевидно, объясняется эффектом контроля ожиданий.

При выполнении заданий проблемного характера, в условиях дефицита времени, результативность деятельности ухудшается. Отличаются, как правило, меньшей настойчивостью в достижении цели (впрочем, нередки исключения).

Склонны к восприятию и переживанию времени как бесцельно текущего (время — это постоянно струящийся поток). Склонны планировать свое будущее на менее отдаленные промежутки времени.

В случае неудачи при выполнении какого-либо задания его притягательность, как правило, снижается. Причем это будет происходить независимо от того, «навязано» это задание извне или выбрано самим субъектом. Хотя в количественном отношении снижение притягательности во втором случае (выбрал сам) может быть менее выражено, чем в первом (навязано кем-то) (*Реан А. А., Коломинский Я. Л.* Социальная педагогическая психология. СПб.: Питер, 1999. С. 59–60).

В работе И. А. Васильева и Ю. Куля (1985) было показано, что испытуемые, которым свойствен мотив стремления к успеху, формировали больше подцелей, служащих инструментальными для достижения общей цели, и принимали меньше «бесцельных» решений, чем испытуемые с мотивом избегания неудачи. Таким образом, у представителей первого типа формируются более сложные планы.

Работы Мак-Клелланда и его коллег продемонстрировали: у предпринимателей (независимо от пола) уровень мотивации достижений выше, чем у наемных работников; успешные предприниматели, вне зависимости от того, к какой культуре они принадлежат, стабильно обнаруживают большую потребность в достижениях. Для менеджеров среднего и высшего звена выявлена положительная корреляция между уровнем мотивации достижений и продвижением по службе. Установлено также, что для руководителей с высоким уровнем мотивации достижений характерно более уважительное отношение к подчиненным.

Люди с высоким уровнем мотивации достижений более удовлетворены своей работой, что можно объяснить ее большей успешностью.

В западной литературе высказывается мнение, что женщины не обладают высокой мотивацией достижения, так как им несвойственно стремление к карьере. Возможно, это и так. Однако в сфере учебной деятельности выявляется другая картина. По данным Н. А. Герасимовой (2000), высокий уровень мотивации достижения чаще встречается у школьниц, чем у школьников, и наоборот, низкий — у школьников, а не у школьниц. Это соответствует и более высокой мотивации достижения у вторых, и большей выраженности у них мотива учения (на получение знаний и отметки).

Некоторые психологи выдвигали предположение о существовании потребностей, которые практически полностью обусловлены влияниями окружающей среды. Работа Мак-Клелланда (McClelland, 1985), посвященная изучению мотива достижения, была построена на основе данного предположения. Помимо всего прочего он утверждал, что дети, получающие вознаграждения за свои достижения, вырастают с сильно развитым мотивом достижения. В своем исследовании Мак-Клелланду удалось показать, что есть такие стили родительского воспитания, применение которых по сравнению с другими увеличивает вероятность формирования сильной потребности достижения...

...Последняя оценивалась следующим образом: детей просили сочинить рассказ и затем кодировали его с помощью процедуры, оценивающей количество образов достижения.

В других исследованиях, когда изучалось влияние способов воспитания на мотивацию достижения, использовались иные методики. В одном из них установили, что детей с высокими показателями оцениваемой потребности родители поощряли хорошо учиться в школе, следить за своими веща-

ми и самостоятельно выполнять трудные задания (Winterbottom, 1958). В другом исследовании детям с высокой и низкой потребностью в мотивации завязывали глаза и просили на глазах у родителей составить левой рукой максимально высокую башенку. Родителей спрашивали, насколько хорошо, по их мнению, справится их ребенок. Как и ожидалось, у детей с явной склонностью к достижению были родители, имевшие высокие притязания в отношении своего ребенка (Rosen, D. Andrade, 1959). Исследователи также обнаружили, что мотивацию достижения повышают даже такие факторы, как режим питания и требование регулировать работу сфинктера согласно принятым в обществе нормам (McClelland, Pilon, 1983).

Эти и другие исследования убеждают, что поощрение к независимости и овладению навыками порождает у детей потребность в достижении (*Фрэнкин Р.* Мотивация поведения. СПб.: Питер, 2003. С. 55, 583).

Стремление к достижению успеха является одной из характеристик людей типа А, склонных к коронарным болезням. Исследования показывают также, что люди с высокой мотивацией достижения в меньшей степени поддаются наркозависимости, чем те, у кого мотивация достижения низкая.

9.3. Различия в самооценке и уровне притязаний

От степени адекватности самооценки зависит правильность постановки целей, выбор их трудности, составления программ действий.

Высокая или низкая самооценка может быть устойчивой характеристикой человека, связанной с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. Как показано Л. Н. Корнеевой (1984), заниженная самооценка чаще наблюдается у людей со слабой нервной системой, инертностью торможения и высокой тревожностью; завышенная самооценка характерна для индивидов с сильной нервной системой и высокой тревожностью, а устойчиво завышенная самооценка наблюдается у субъектов со слабой и средней силой нервной системы и низкой тревожностью. Адекватная самооценка характерна для людей с низкой или средней степенью тревожности.

Лица с *адекватной самооценкой*, по данным Л. Н. Корнеевой, стратегии поведения и деятельности формируют адекватно целям деятельности. Успех оказывает стимулирующее действие, а неудача не вызывает резких негативных эмоциональных реакций, наоборот, способствует проявлению настойчивости в достижении цели и стремлению определить действительные причины неудачи. Эти люди обладают обоснованной уверенностью в себе. Защитные механизмы активизируются ими незначительно. Учебная и профессиональная деятельность характеризуются высокой стабильностью, кроме того, им свойственна достаточно полная реализация собственных возможностей.

У лиц с *заниженной самооценкой* отмечается неуверенность в себе, защитные механизмы активизированы, очевидно предпочтение стратегий типа «гарантированного успеха». В учебной и профессиональной деятельности проявляют пассивность, слабое стремление к достижению цели. Уровень успешности обычно ниже среднего, но отличается стабильностью. Люди с заниженной самооценкой не реализуют в полной мере свои возможности.

Демонстрирующие *неустойчивую, преимущественно заниженную самооценку* отличаются активизированными защитными механизмами, предпочтением стратегий типа «обесценивание неудачи». Ставят цели, превышающие реальные воз-

можности, и не имеют выраженного стремления их достичь. У лиц с сильной нервной системой выражено упрямство в достижении трудных целей, хотя для этого отсутствует предварительная подготовка. В учебной и профессиональной деятельности успехи незначительны и нестабильны. Неудачи объясняются внешними причинами, а оценки руководителей считаются несправедливыми.

Лица с *завышенной самооценкой* характеризуются стремлением любой ценой избежать неудачи, поэтому отказываются от целей, которые хотя бы в малой степени грозят обернуться провалом. Защитные механизмы активизированы, с предпочтением стратегии типа «гарантированного успеха». Учебная и профессиональная деятельность стабильна и часто даже успешна, но все-таки ниже возможностей, поскольку отсутствует активность в достижении более трудных целей. Нежелание признать факт, что возможности ниже запросов, заставляет этих людей избегать любых ситуаций, где данное несоответствие может обнаружиться.

У субъектов с *устойчивой завышенной самооценкой* уверенность в себе необоснованно высока. Высокую самооценку часто переносят на незнакомый вид деятельности (например, со спортивного — на учебный или научный). Самые трудные цели ставят сразу, без предварительной подготовки. Первые неудачи игнорируются, объясняются случайностью, внешними причинами. Повторные неудачи сопровождаются сильными эмоциональными реакциями, иногда аффективного характера, что может привести к снижению силы мотива деятельности и даже отказу от нее.

Высокие или низкие самооценки влияют на самоуважение людей. При низкой оно, естественно, низкое, а при высокой — высокое. Как показал М. Розенберг (1965), юноши с низким самоуважением больше других склонны «закрываться» от окружающих, представляя им какое-то ложное «лицо». Их ранит все, что както затрагивает самооценку. И как следствие этого — застенчивость, болезненная реакция на критику, на шутки окружающих и, наконец, склонность к психической изоляции, к уходу от действительности в мир мечты, в нереальный компьютерный мир.

Дети с заниженной самооценкой, как показано А. Коэн и Л. Коэн (A. Cohen, L. Cohen, 1974), очень не любят контрольные работы и совместные занятия с другими, но обожают смотреть телевизор, просто слушать учителя или заниматься чем-либо самостоятельно. Они, таким образом, избегают видов активности, предполагающих публичную оценку результатов, и предпочитают ситуации, где можно сохранить анонимность, не занимая нежелательного социального места среди сверстников.

На формирование низкой самооценки у детей влияет постоянное сравнение лучших учеников с худшими, разделение учащихся педагогом на группы «успевающих» и «неуспевающих» и даже классов на обычные и «гуманитарные», «математические», куда отбираются учащиеся с хорошей успеваемостью.

Трудность целей (задач), которые ставит перед собой человек, определяет *уровень его притязаний*: чем труднее цель, тем выше уровень притязаний.

Он определяется не только ситуацией. Он также характеризует и постоянную тенденцию человека выбирать для себя высокие или заниженные цели. В этом случае уровень притязаний выступает чертой личности, оказывающей существенное влияние на поведение человека и его взаимоотношения с окружающими. Встречаются лица с *адекватным* и *неадекватным* уровнем притязаний, причем в последнем случае он может быть как завышенным, так и заниженным.

При адекватном уровне человек выбирает себе цели, соответствующие его возможностям (независимо от того, объективно трудные цели или легкие). Это наилучший вариант, позволяющий индивидууму максимально реализовать свои возможности и приводить свои желания и возможности к гармонии, в соответствие друг с другом.

При неадекватно завышенном уровне притязаний выбираемые цели явно превосходят возможности человека. Однако он не понимает этого и в случае неудачи ищет причину ее не в себе самом, а в окружающих, в стечении обстоятельств. Справедливую оценку окружающими своих возможностей считает необъективной, видит в ней недружественное к себе отношение. Это приводит к конфликтам и к нежеланию работать над собой.

При неадекватно заниженном уровне притязаний выбираемые цели явно ниже возможностей человека. Такой субъект неуверен в себе и, намечая цель, перестраховывается, чтобы избежать неудачи. Так, ученик предпочитает более легкую цель, чтобы, без труда достигнув ее, не уронить свой авторитет в глазах товарищей и своих собственных.

Уровень притязаний, по выводам Л. Н. Корнеевой, связан с адекватностью и неадекватностью самооценки. Лица, которым свойственна заниженная самооценка, имеют устойчиво заниженный уровень притязаний. После достигнутого успеха уровень трудности выбираемой цели не повышают (а в редких случаях и понижают). Субъекты с неустойчивой, преимущественно заниженной самооценкой обладают неустойчивым и завышенным уровнем притязаний. У характеризующихся завышенной неустойчивой самооценкой уровень притязаний обычно занижается. Наконец, у лиц со стабильно высокой самооценкой он устойчиво завышен.

Уровень притязаний, согласно данным Л. Н. Корнеевой и Е. В. Коноплевой (1983), связан со свойствами нервной системы. Сила нервной системы и инертность нервных процессов способствуют формированию адекватного уровня притязаний, а слабая нервная система и подвижность нервных процессов обусловливают тенденцию к неадекватности уровня притязаний, неадекватных реакций на неудачу.

Связан уровень притязаний и со свойствами темперамента. У интровертов он завышен, а у экстравертов более адекватный. У демонстрирующих высокую степень тревожности, по О. В. Мельниченко (1975), уровень притязаний более высокий и менее стабильный.

9.4. Внушаемость, конформность и негативизм как индивидуальные особенности, влияющие на процесс мотивации

Мотивация разделяется на внешне организованную и внутренне организованную (или, как пишут западные психологи, — внешнюю и внутреннюю). Первая связана с влиянием на формирование субъектом мотива действия или поступка других людей (при помощи советов, внушения и т. д.). Насколько эта интервенция будет воспринята субъектом, зависит от степени его внушаемости, конформности и негативизма.

► **Внушаемость** – это склонность субъекта к некритической (непроизвольной) податливости воздействиям других людей, их советам, указаниям, даже если они противоречат его собственным убеждениям и интересам.

Это безотчетное изменение своего поведения под влиянием внушения. Внушаемые субъекты легко заражаются настроениями, взглядами и привычками других людей. Они часто склонны к подражанию. Внушаемость зависит как от устойчивых свойств человека — высокого уровня нейротизма, слабости нервной системы (Ю. Е. Рыжкин, 1977), так и от ситуативных его состояний — тревоги, неуверенности в себе или же эмоционального возбуждения.

На внушаемость влияют такие личностные особенности, как низкая самооценка и чувство собственной неполноценности, покорность и преданность, неразвитое чувство ответственности, робость и стеснительность, доверчивость, повышенная эмоциональность и впечатлительность, мечтательность, суеверность и вера, склонность к фантазированию, неустойчивые убеждения и некритичность мышления (Н. Н. Обозов, 1997, и др.).

Повышенная внушаемость характерна для детей, особенно 10-летнего возраста. Объясняется это тем, что у них еще слабо развита критичность мышления, которая снижает степень внушаемости. Правда, в 5 лет и после 10, особенно у старших школьников, отмечается снижение внушаемости (А. И. Захаров (1998), см. рис. 9.1). Кстати, последнее отмечали у старших подростков еще в конце XIX в. А. Бине (A. Binet, 1900) и А. Нечаев (1900).

Степень внушаемости женщин выше, чем мужчин (В. А. Петрик, 1977; Л. Левенфельд, 1977).

Еще одна устойчивая характеристика личности — конформность, начало изучению которой положил С. Аш (S. Asch, 1956).

► **Конформность** – это склонность человека к добровольному сознательному (произвольному) изменению своих ожидаемых реакций для сближения с реакцией окружающих вслед-

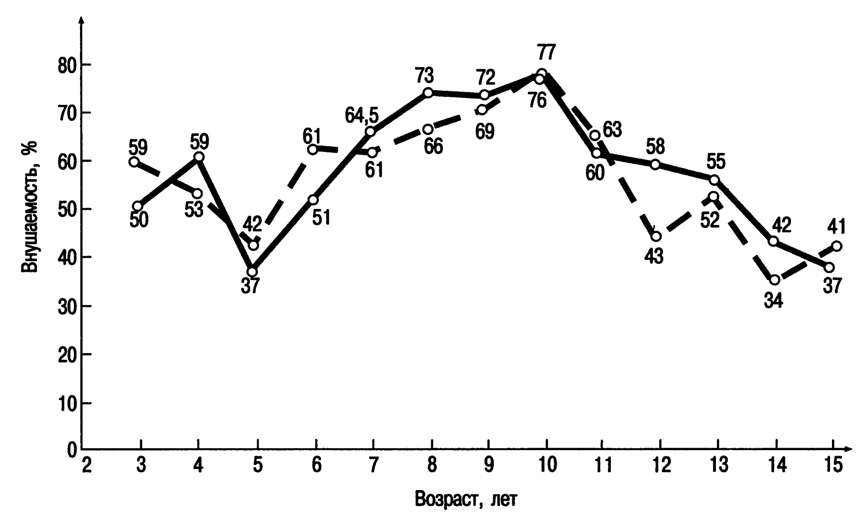


Рис. 9.1. Возрастная динамика внушаемости (по А. И. Захарову). **Пунктирная линия** – внушаемость мальчиков, **сплошная** – внушаемость девочек

ствие признания большей их правоты. В то же время если намерение или социальные установки, имевшиеся у человека, совпадают с таковыми у окружающих, то речь о конформности уже не идет.

Понятие «конформность» в западной психологической литературе имеет много значений. Например, Р. Кратчфилд (R. Crutchfield, 1967) говорит о «внутренней конформности», по описанию близкой к внушаемости.

Конформность называют также внутригрупповой суггестией или внушаемостью (заметим, что некоторые авторы, например, А. Е. Личко и др. (1970) не отождествляют внушаемость и конформность, отмечая отсутствие зависимости между ними и различие механизмов их проявления). Другие исследователи различают конформность двух видов: «принятие», когда у индивида меняются взгляды, установки и соответствующее им поведение, и «согласие», когда человек следует за группой, не разделяя ее мнение (в отечественной науке это называется конформизмом). Если человек склонен постоянно соглашаться с мнением группы, он относится к конформистам; если же имеет тенденцию не соглашаться с навязываемым ему мнением, то — к нонконформистам (к последним, по данным зарубежных психологов, относятся около трети людей).

Различают внешнюю и внутреннюю конформность. В первом случае человек возвращается к своему прежнему мнению, как только групповое давление на него исчезает. При внутренней конформности он сохраняет принятое групповое мнение и после того, как давление со стороны прекратилось.

Степень подчинения человека группе зависит от многих внешних (ситуационных) и внутренних (личностных) факторов, которые (в основном внешние) были систематизированы А. П. Сопиковым (1969). К ним относятся:

- возрастно-половые различия: среди детей и юношей конформистов больше, чем среди взрослых (максимум конформности отмечается в 12 лет, заметное ее снижение — после 1–6 лет); женщины более податливы групповому давлению, чем мужчины;
- трудность решаемой проблемы: чем она труднее, тем в большей мере личность подчиняется группе; чем сложнее задача и неоднозначнее принимаемые решения, тем конформность выше;
- статус человека в группе: чем он выше, тем в меньшей степени это лицо проявляет конформность;
- характер групповой принадлежности: по своей воле или же по принуждению вошел субъект в группу; в последнем случае его психологическое подчинение часто бывает только поверхностным;
- привлекательность группы для индивида: референтной группе субъект поддается легче;
- цели, стоящие перед человеком: если его группа соревнуется с другой группой, конформность субъекта увеличивается; если соревнуются между собой члены группы — уменьшается (то же наблюдается при отстаивании группового или личного мнения);
- наличие и эффективность связи, подтверждающей верность или неверность конформных поступков человека: когда поступок неправильный, человек может вернуться к своей точке зрения.

При выраженном конформизме возрастает решительность человека при принятии решения и формировании намерений, но при этом слабеет чувство его индивидуальной ответственности за поступок, совершенный вместе с другими. Особенно это заметно в группах, которые социально недостаточно зрелые.

Хотя влияние ситуационных факторов часто преобладает над ролью индивидуальных различий, все же есть люди, которые легко поддаются убеждению в любой ситуации (C. Hovland, I. Janis, 1959; I. Janis, P. Field, 1956).

Такие люди обладают определенными чертами личности. Выявлено, например, что наиболее конформные дети страдают «комплексом неполноценности» и обладают недостаточной «силой Эго» (Hartup, 1970). Они, как правило, более зависимы и тревожны, чем сверстники, и чувствительны к мнениям и намекам окружающих. Дети с такими чертами личности склонны постоянно контролировать свое поведение и речь, т. е. обладают высоким уровнем самоконтроля. Их заботит, как они выглядят в глазах окружающих, они часто сравнивают себя с ровесниками.

По данным Ф. Зимбардо (P. Zimbardo, 1977), легко поддаются убеждению застенчивые люди, которые обладают низкой самооценкой. Не случайно поэтому выявлена связь между низкой самооценкой, имеющейся у человека, и его легкой податливостью к убеждению со стороны (W. McGuiere, 1985). Происходит это из-за того, что они мало уважают свои мнения и установки, следовательно, у них ослаблена мотивация защиты своих убеждений. Они заранее считают себя неправыми.

Р. Нурми (R. Nurmi, 1970) приводит данные, согласно которым конформным присущи ригидность и слабая нервная система.

Следует, правда, иметь в виду, в какой ситуации проявляется конформность — в нормативной или информационной. Это может сказаться и на ее связях с другими личностными особенностями. В информационной ситуации заметна тенденция к связи конформности с экстраверсией (Н. Н. Обозов, 1997).

▶ **Негативизм** (от лат. negatio – «отрицание») – лишенное разумных оснований (так называемое «немотивированное») сопротивление субъекта оказываемым на него психологическим воздействиям, снижающее внушаемость субъекта.

Негативизм возникает как защитная реакция на воздействия, которые противоречат потребностям субъекта. Поэтому отказ от выполнения требования или принятия совета становится способом выхода из внутреннего конфликта и освобождением от его травмирующего влияния. Негативизм наиболее выражен у детей в периоды возрастных кризисов и чаще всего по отношению к требованиям взрослых, предъявляемым без учета потребности детей в одобрении, общении, уважении, эмоциональном контакте. Негативизм может быть присущ и взрослым как устойчивая личностная особенность. Его устойчивая форма обусловлена потребностью человека в самоутверждении, в защите своего Я, а также развитым у него эгоизмом и отчуждением от нужд и интересов других людей.

Согласно М. В. Салитовой (2002), самостоятельность принятия решения (что характерно для внутренне организованной [«внутренней»] мотивации) связана с некоторыми личностными особенностями: положительно — с факторами С, Е, М, МД, уровнем субъективного контроля и отрицательно — с разделением ответственности, интрапунитивной стратегией и отказом от преодоления трудностей.

9.5. «Включенность в задачу» и азартность как индивидуальное выражение стремления к достижению цели

В связи с преобладанием внутренне организованной («внутренней») мотивации над внешне организованной («внешней») в западной психологии выделяется такая индивидуально-психологическая характеристика человека, как **степень включенности в задачу** (*tasк-involment*) (J. Kuhl, 1982), или увлеченность. Некоторые люди глубоко включаются в деятельность, забывая все вокруг себя и оставаясь занятыми только ею в течение длительного времени. Другие не сполна увлекаются деятельностью, не проявляют к ней особого интереса. И. А. Васильев и Ю. Куль (1985) выявили, что «испытуемые с высокой включенностью в задачу принимали и меньше "бесцельных" решений, формировали меньше изолированных целей, не имеющих отношения к достижению общих целей, и больше инструментальных подцелей, направленных на достижение общих целей, чем испытуемые с низкой включенностью в задачу» (с. 147). Это свидетельствует, что люди с низкой включенностью в деятельность не склонны продуцировать сложные планы.

Испытуемые с высокой включенностью в деятельность приписывали получаемые ими результаты в большей степени своим усилиям и в меньшей степени случайности, т. е. обладают, очевидно, внутренним локусом контроля. В то же время, несмотря на некоторую схожесть с мотивом достижения, степень включенности в задачу является, по мнению И. А. Васильева и Ю. Куля, самостоятельной индивидуальной характеристикой человека.

Азартность — это черта личности, отражающая склонность человека к азартному поведению или вхождению в состояние азарта, т. е. стремительной потере контроля над своим поведением при достижении какой-то цели в определенной ситуации: денежного вознаграждения в игре, преимущества на дороге в скорости и т. д. Петербургский историк Г. Ф. Парчевский (1998) пишет, что азартное поведение игроков — это безоглядное самоутверждение, самоутверждение любой ценой. Кроме того, это и поиск острых переживаний, поиск богатства.

В общественном сознании азартное поведение непосредственно связано прежде всего с азартными играми, в которых выигрышем выступают деньги. В иностранной литературе для обозначения влечения к азартным играм (игорной страсти, по З. Фрейду) введен специальный термин — *gambling*, под которым понимают хроническую и прогрессирующую неспособность сопротивляться желанию участвовать в азартных играх, которое компрометирует, разрушает или повреждает личные, семейные или профессиональные интересы. Многие авторы находят сходство между гемблингом и алкоголизмом или потреблением наркотиков (например, тенденцией увеличивать ставки и увеличением дозы наркотиков и алкоголя).

Выделяют несколько типов азартных игроков: проблемные, патологические и компульсивные, однако четкие различия между ними провести трудно. Например, Г. Лесьер (H. R. Lesieur, 1998) объясняет различия между ними следующим образом: термин «проблемный игрок» обычно используется, во-первых, для определения людей, имеющих менее серьезные гемблинг-проблемы, чем патологические игроки; во-вторых, он является и всеобъемлющим термином, подразумевая и проблемных и патологических игроков. В отличие от научного понятия «пато-

логический игрок» выражение «компульсивный игрок» в основном используется неспециалистами. Профессионалы же считают, что характерной чертой гемблинга является не компульсия, а нарушение контроля над импульсами. Отмечается, что остановиться при проигрыше еще труднее, чем при выигрыше.

Патологические игроки с давних пор стали объектом внимания психоаналитиков. Современные психоаналитики считают, что патологическое влечение к азартным играм питает мощная сила подсознания, и это придает ему такие качества, как непреодолимость, требовательность, ненасытность и импульсивная безусловность исполнения. За нелогичной постоянной уверенностью игроков в выигрыше скрываются инфантильные фантазии всемогущества, ожидания неограниченного удовлетворения своих желаний. Постоянное возвращение к игре означает протест, бессознательно агрессивное отношение к реальной действительности, не желающей подчиняться этим фантазиям. При этом проигрыш не возвращает к реальности, а, наоборот, бессознательно воспринимается как неправомерный отказ в удовлетворении желания и обоснованный повод для протеста, т. е. очередной ставки. Если существуют неуверенность в себе и зависимые черты личности (экстернальность), существенную роль в поддержании патологического влечения может сыграть неосознаваемое снятие с себя ответственности с возложением ее на судьбу.

Берглер (1936, 1943) выделил шесть характеристик азартных игроков:

1. Игроку свойственно испытывать судьбу.
2. Игра вытесняет все другие интересы (большой расход энергии и денег на игру делает ее центром всей жизни, центром фантазий и снов).
3. Игрок полон оптимизма и никогда не думает о возможном проигрыше (он не перестает играть, несмотря на частые проигрыши).
4. Игрок никогда не останавливается, когда он выигрывает; его цель, по крайней мере осознаваемая, — выигрывать непрерывно, постоянно.
5. Несмотря на изначальную осторожность в дальнейшем игрок рискует все большими суммами, причем для каждого увеличения ставки он находит рациональное объяснение.
6. В промежуток времени между ставкой и исходом игры игрок испытывает приятно-мучительное ощущение возбуждения, которое является основным и незаменимым элементом.

У азартных игроков при невозможности играть наблюдаются дискомфорт и раздражительность. Часто проигрыш, как и невозможность далее финансировать игру, становится для игрока непереносимым. Не случайно многие исследователи отмечают у азартных патологических игроков депрессию. Так появляется склонность к суицидному поведению. Именно по наличию депрессии ряд авторов отделяют патологических игроков от непатологических. Правда, некоторые авторы рассматривают связь гемблинга и депрессии по-другому: игра оказывается средством борьбы с депрессией, т. е. низкоадаптивной копинг-стратегией (Blaszczynsky, 1987).

Выделяют три стадии развития гемблинга. Для первой типичен относительно крупный выигрыш, формирующий последующую зависимость от влечения. На второй весь уклад жизни постепенно структурируется вокруг игры с прогрессирующим снижением как социального приспособления, так и психологических

навыков в игре (появление нерасчетливых ходов, неоправданного риска). Последнее служит главной причиной дезадаптации, поскольку патологические игроки в принципе обладают весьма высоким техническим мастерством в игре. В течение 10–15 лет может наступить третья стадия — полной декомпенсации, сопровождающаяся абсолютной финансовой несостоятельностью и криминальным поведением.

Индивидно-личностные особенности азартных игроков. Гринберг (Greenberg, 1980) выявил у игроков уровень интеллекта выше среднего, развитый дух соперничества, трудолюбие, успешность в профессиональной деятельности, часто склонность к трудоголизму, использование таких защитных механизмов, как рационализация и отрицание. Отмечают у них и стремление избегать скучных ситуаций. Ф. Витаро с соавторами (F. Vitaro et al., 1997) установили, что у подростков дефицит контроля над импульсами предшествует формированию игровой аддикции.

Возникновению влечения к азартным играм способствуют следующие факторы: утрата родителей в возрасте до 15 лет, неадекватный родительский стиль воспитания (безразличие, непоследовательность, чрезмерная строгость), фетишизация денег в семье или отсутствие планирования бюджета, ситуативная доступность азартных игр для подростка. У патологических игроков нередко отмечается эмансипационный конфликт с родителями в подростковом возрасте, в дальнейшем — неприятие авторитарных фигур.

Вовлеченность в азартные игры повышается в периоды социального стресса.

Г. Лесьер подтвердил, что патологический гемблинг преобладает у мужчин и начинает доминировать с подросткового возраста.

ГЛАВА 10

Различия в проявлении «силы воли»

У людей бытует убеждение, что все делятся на волевых и безвольных. Соответственно у первых есть «сила воли», а у вторых ее нет. В действительности, как показали исследования, все не так просто. Можно быть «волевым» в одной ситуации и «безвольным» — в другой. Связано это с тем, что «сила воли» включает в себя несколько волевых проявлений (качеств), имеющих разную природную основу (типологические особенности проявления свойств нервной системы). У одних людей эти типологические особенности таковы, что способствуют проявлению смелости, но не очень содействуют терпеливости и упорству. У других, наоборот, способствуют проявлению именно упорства, но не смелости, и т. д. Поэтому кто-то смелый, другой терпеливый, третий — решительный. Ниже рассматриваются различия между людьми по проявлению ряда волевых качеств.

10.1. Терпеливые — нетерпеливые

В психологии как проявление воли чаще всего рассматривается терпение. Однако оно обнаруживается во многих несходных ситуациях и потому получает различное наименование: терпеливость, выдержка, стойкость, упорство и т. д.

Терпеливость. Она отражает специфическое выражение волевых усилий, которые препятствуют желанию прекратить деятельность или пребыванию в неблагоприятных физических условиях (при нехватке кислорода в крови, жаре, холоде и т. д.).

Терпеливость проявляется с того момента, когда человек начинает испытывать какое-либо внутреннее затруднение, неудобство, дискомфорт, начинает *переживать* это затруднение. Таким переживанием при физической или умственной работе становится чувство усталости. Как только оно появилось, человек, если ему необходимо продолжить работу, терпит, старается не снижать интенсивность деятельности, прилагая дополнительные волевые усилия.

Без терпенья нет ученья (русская пословица).
К большому терпенью придет и уменье (русская пословица).
Когда сеешь, не покидай поля; когда учишься, не отходи от стола (китайская пословица).

Собраны факты, доказывающие, что продолжительность терпения — стабильная личностная характеристика, которую возможно рассматривать как измери-

тель уровня волевого качества терпеливости (М. Н. Ильина, 1962; Г. И. Мызан, 1976; В. Д. Гаврилов, 1979).

> Терпение – ключ к успеху (египетская пословица).
> Терпение и труд все перетрут (русская пословица).

При этом выявлены существенные индивидуальные различия в проявлении волевого качества терпеливости при одной и той же мотивации: у одних от общего времени работы на период терпения выпадало 55–60% и более, у других – 30% и менее. Таким образом, часть людей постоянно более терпеливы, чем другие. Это обусловлено тем, что уровень терпеливости существенно зависит от типологических особенностей проявления свойств нервной системы, являющихся врожденными.

Время терпения больше у лиц с сильной нервной системой, инертностью нервных процессов, преобладанием торможения по «внешнему» балансу и преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу (М. Н. Ильина). Этим же автором показано, что количество терпеливых резко возрастает после полового созревания, в возрасте 15–17 лет. В младшем же и среднем школьном возрасте, не говоря уже о детях более раннего возраста, лиц с высокой мерой терпеливости мало.

10.2. Упорные и упрямые

▶ **Упорство** – это стремление достичь «здесь и сейчас», т. е. одномоментно, желаемого или необходимого, в том числе и успеха в деятельности, вопреки имеющимся трудностям, неудачам, сопротивлению кого-либо.

Оно связано с одноразовой реализацией силы воли для достижения конкретной и близкой (оперативной) цели, например когда ученик пытается решить трудную математическую задачу или когда юный музыкант разучивает гаммы, спортсмен запоминает новый элемент техники спортивного упражнения и т. п., как говорится, за один присест.

Е. К. Фещенко (1999) утверждает, что упорство более выражено у людей, имеющих высокий уровень мотивации достижений, а также комплекс типологических особенностей, определяющий большую терпеливость, т. е. сильную нервную систему, инертность возбуждения, преобладание торможения по «внешнему» балансу и преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу.

▶ **Упрямство** – это волевой акт, который проявляется в неуступчивости, в стремлении добиться своего даже вопреки здравому смыслу и оттого кажущееся бессмысленным (правда, не с точки зрения самого субъекта). Это проявление «негативного» упорства.

К. К. Платонов (1984) считает, что упрямство чаще является чертой характера.

Причины его проявления могут быть разными. В детстве упрямство может быть формой протеста, выражающей недовольство необоснованным подавлением развивающейся самостоятельности, инициативности ребенка. В более позднем возрасте это следствие стремления самоутвердиться.

Возникновению упрямства у детей и подростков способствуют неблагоприятные условия жизни и воспитания: неудовлетворение их существенных потребно-

стей, грубое обращение или, наоборот, потакание капризам и необоснованным требованиям. Не всегда умея найти разумные проявления своей самостоятельности, подросток становится неуступчивым по мелочам, начинает отстаивать неразумные решения. Упрямство чаще всего проявляется у людей с повышенной аффективностью и интеллектуальной ограниченностью.

Оно может закрепиться и стать устойчивым отрицательным свойством личности. Преодолеть упрямство трудно, если человек сам не хочет этого.

С. Л. Рубинштейн (1946) к волевым проявлениям относит и *негативизм*. Как уже сказано выше, последний проявляется в «немотивированном» волевом противодействии всему, что исходит от других людей. Негативизм чаще всего наблюдается у детей (скажем, ребенок не хочет попробовать незнакомый ему фрукт), у подростков и у взрослых истерических субъектов.

10.3. Настойчивые

В отечественной психологии, как и в зарубежной, настойчивость часто подменяется другим понятием, связанным с волей, — упорством. Для многих психологов это одно и то же.

Важность настойчивости в характеристике поведения человека признана давно. Еще Мак-Дауголл считал настойчивость одним из объективных качеств целенаправленного поведения.

> Неудача — пробный камень настойчивости и железной воли. Она или разбивает жизнь, или закаляет ее (драматург *А. Н. Афиногенов*).

Это волевое проявление стало для зарубежных психологов самостоятельным направлением изучения мотивации, обозначенным англоязычным словом *persistence*. Однако данный термин имеет довольно широкое семантическое поле и помимо настойчивости включает в себя упорство, терпение, стойкость, последовательность и т. д. В результате как одно понятие стали рассматриваться если и не совсем разные, то, по крайней мере, и нетождественные, с нашей точки зрения, волевые проявления: настойчивость, упорство, терпеливость.

▶ **Настойчивость — это систематическое проявление силы воли при стремлении человека достичь отдаленную по времени цель, несмотря на возникающие препятствия и трудности.**

В исследовании особенностей проявления настойчивости западные психологи выделяют три направления, и согласно одному из них она изучается как *свойство характера*, стабильно определяющее поведение человека (отсюда название исследований — *trait studies*). Ситуативные факторы в данном подходе игнорируются, так как считается, что они перекрываются чертами личности.

Многими авторами настойчивость связывается главным образом с преодолением трудностей при достижении *отдаленной по времени* цели. С. Л. Рубинштейн (1946) пишет:

> Некоторые люди вносят сразу большой напор в свои действия, но скоро «выдыхаются»; они способны лишь на короткий наскок и очень быстро сдают. Ценность такой энергии, которая умеет брать препятствия лишь с налета и спадает, как только встречает противодействие, требующее длительных усилий, невелика. Подлинно ценным каче-

ством она становится, лишь соединяясь с настойчивостью. Настойчивость проявляется в неослабности энергии *в течение длительного периода* (курсив наш. — *Е. И.*), невзирая на трудности и препятствия.

И далее он продолжает:

...Ненастойчивость обычно проявляют люди, не способные гореть тем делом, которое они делают, или легко воспламеняющиеся, но быстро охлаждающиеся. Когда порыв, который человек вносит в борьбу за достижение поставленной им цели, накален страстью и озарен чувством, он выливается в энтузиазм (с. 607).

Примерами проявления настойчивости служат труд ученых, длительное время работающих над решением какой-либо проблемы, успешная учеба в течение нескольких лет в вузе, многолетняя тренировка спортсменов и т. д. Так, супруги Кюри для получения одного грамма радия переработали в кустарных условиях восемь тонн урановой руды. Известный физик Лебедев в течение 10 лет изучал давление световых лучей на твердые тела и на газы, неоднократно меняя намеченные, но оказавшиеся неэффективными способы. Л. Н. Толстой писал роман «Война и мир» в течение многих лет, неоднократно исправляя его и переписывая.

На свете мало недостижимых вещей; будь у нас больше настойчивости, мы могли бы отыскать путь почти к любой цели (*Ларошфуко*).

Настойчивыми являются люди, обладающие:

- уверенностью в достижимости цели;
- волевыми установками на преодоление затруднений;
- высокой мотивацией достижения (стремления к успеху).

Ведущая роль последней для проявления настойчивости была показана Е. К. Фещенко (1999).

Реализуется настойчивость через многократное проявление упорства и терпеливости, поэтому неудивительна связь и этих волевых качеств с мотивацией достижения (хотя и не такая сильная и постоянная, как с настойчивостью), что продемонстрировано в работе Е. П. Ильина и Е. К. Фещенко (1999).

10.4. Различия людей по самообладанию

П. А. Рудик (1967) определяет самообладание как способность не теряться в трудных и неожиданных обстоятельствах, управлять своими действиями, проявляя при этом рассудительность и сдерживая отрицательные эмоции.

Ф. Н. Гоноболин (1973) и В. В. Богословский (1973) сводят самообладание к выдержке. Это, конечно, лучше, нежели считать, что выдержка и самообладание — рядоположные волевые проявления, о чем говорится в публикациях многих авторов и во многих учебниках по психологии, но все же такова только часть истинной картины.

Самообладание является собирательной волевой характеристикой, которая включает выдержку, смелость и отчасти решительность, т. е. волевые качества, связанные с подавлением возникающих отрицательных эмоций, вызывающих нежелательные для человека побуждения. Самообладание связано также с самоконтролем и саморегуляцией человеком своего эмоционального поведения, с само-

ограничением эмоционального реагирования и зависит, как отмечал С. Л. Рубинштейн, от соотношения между аффектом и интеллектом.

Выдержанные — невыдержанные. В обыденном сознании это качество воспринимается как хладнокровие, отсутствие горячности в поведении при возникновении конфликта.

▶ **Выдержка** – это устойчивое проявление возможности подавлять импульсивные, малообдуманные эмоциональные реакции, не поддаваться искушению, т. е. подавлять сильные влечения, желания.

Это устойчивое (по необходимости) проявление состояния сдержанности, внешней невозмутимости, несмотря на сильное желание отомстить обидчику, ответить грубостью на грубость; это и подавление желания съесть то, что запретили врачи, закурить, когда рядом курят другие, если принято решение отказаться от такой привычки, и т. п. По сути, здесь проявляется тормозная функция воли.

Выдержку нельзя смешивать с эмоциональной невозбудимостью, внутренней невозмутимостью, бесчувственностью.

▶ **Несдержанность** – это поведение, свидетельствующее об отсутствии у человека выдержки. Она проявляется в агрессии.

Долготерпение (стоицизм). Это волевое проявление психологами не выделяется ни как разновидность выдержки, ни как самостоятельное волевое качество. Однако в его существовании вряд ли приходится сомневаться. По крайней мере, поэты используют это понятие (у поэта Л. А. Мея одно из стихотворений начинается словами: «О Господи, пошли долготерпенье!») и описывают подобное проявление воли. Такая способность человека долго переносить, не срываясь, страдание, душевную муку, жизненные невзгоды, быть стойким и есть сущность долготерпения, или стоицизма.

Только в несчастьях настоящее испытание человека (*Шекспир*).
Никогда не бывает великих дел без великих препятствий (*Вольтер*).

Смелые — трусливые. В обыденном представлении смелый тот, кто не боится. Говорят даже о бесстрашных людях. Однако это явное заблуждение. Всякий человек с нормально развитой психикой должен бояться, поскольку страх — защитная биологическая реакция организма — возникает непроизвольно при оценке человеком существующей или предстоящей ситуации как опасной для здоровья и престижа. Страх выступает эмоциональным отражением надобности избежать опасности (К. К. Платонов, Г. Г. Голубев, 1973).

Поведение людей при возникшем страхе бывает разным. Выделяют две формы последнего — астеническую и стеническую. Первая проявляется в пассивно-оборонительных реакциях, например в ступоре, и активно-оборонительных — в мобилизации своих возможностей для предупреждения опасной ситуации или ухода (убегания) из него. Стеническое проявление страха — это «упоение» им, о котором писал А. С. Пушкин: «Все, все, что гибелью грозит, для сердца смертного таит неизъяснимы наслажденья» («Пир во время чумы»). Это наслаждение страхом наблюдается и у детей, находящихся в «комнате ужасов» или слушающих страшные сказки и т. д.

Смелый не тот, кто не испытывает страха, а тот, кто, несмотря на него, владеет собой и может совершить задуманное. Еще древнегреческий историк Ксенофонт писал: смелый человек знает о предстоящей опасности, но все-таки не сворачивает с пути. По словам К. Д. Ушинского, не тот мужествен, кто лезет на рожон, не страшась, а умеющий подавить самый сильный страх и думать об опасности, не подчиняясь ему.

Чем меньшее дезорганизующее влияние будет оказывать страх на качество действий и деятельности человека, тем выше будет оценка его смелости. Соответственно **смелым** можно считать человека, способного подавлять защитные реакции при возникновении страха, боязни и *качественно* осуществлять свои намерения в объективно или субъективно опасных для жизни, здоровья и престижа ситуациях.

Я не случайно выделил в этом определении слово «качественно». Можно начать что-то делать, несмотря на страх, но с опаской, когда активизируются защитные реакции, что мешает проявлению навыка, ухудшает качество работы. В отдельных случаях, начав что-то делать, человек может вообще потерять самообладание. Одна студентка, которая была известна своей трусливостью, вынуждена была под угрозами преподавателя прыгнуть в воду с 5-метровой вышки, чтобы получить зачет. Однако она потеряла от страха сознание, еще не попав в воду, и оттуда ее пришлось срочно вытаскивать.

Следовательно, смелость может считаться одним из проявлений самообладания.

Противоположна смелости **трусливость**. Она рассматривается как отрицательное *моральное* качество, как проявление малодушия, и характеризует поведение человека, который оказывается не в состоянии совершить поступки, соответствующие моральным требованиям (или, наоборот, воздержаться от аморальных действий), из-за неспособности преодолеть страх перед природными или общественными силами.

Следует отличать приобретенные страхи, вызванные конкретной ситуацией, и *склонность к страхам,* легкость их возникновения как свойство личности. Первые могут быть выражением закрепившейся отрицательной эмоции, связанной с определенной ситуацией, например в результате перенесенной аварии, травмы и т. п. Вторая форма не соотносится с какими-либо конкретными обстоятельствами, ее характеризует низкий порог возникновения эмоции страха у определенного человека при любой субъективно опасной для него ситуации. Эти страхи могут иметь как социальные корни (запуганный, затюканный человек — тот, кто стал робким, пугливым из-за постоянных угроз и наказаний), так и природные, биологические.

> Опасно упрекать в робости тех, кого хотят от нее исцелить (*Ларошфуко*).
> Непонимание опасности не есть еще храбрость (*Д. Гранин*).
> Страх опасности в десять тысяч раз страшней самой опасности (*Д. Дефо*).

Именно склонность к страхам, легкость их возникновения и как следствие — выраженность защитных реакций позволяют относить человека к разряду трусливых. Выявлено, что для таких людей типичны следующие типологические особенности: слабая нервная система, подвижность торможения и преобладание торможения по «внешнему» балансу (Н. Д. Скрябин, 1972).

С возрастом (от дошкольников до средних подростков) число смелых возрастает (Н. Д. Скрябин, 1974). Максимальное количество смелых мальчиков и девочек приходится на пубертатный период. Затем число смелых девочек снижается, а мальчиков остается на достигнутом в этот период уровне.

Псевдосмелость. Бывает, что человек *храбрится*, т. е. принимает бодрый вид, стремясь казаться себе храбрым, на самом деле не будучи таковым. От истинной смелости надо также отличать *бравирование* как пренебрежение опасностью ради показной храбрости. Пример — собака из басни И. А. Крылова «Слон и Моська»: «Вот то-то мне и духу придает, что я совсем без драки могу попасть в большие забияки». И действительно, народ думает: «Ай Моська, знать она сильна, что лает на слона».

Решительные — нерешительные. Говоря о решительности, надо сразу подчеркнуть, что она не синоним смелости, как это указывается во многих учебниках и словарях: «смело — значит уверенно, без колебаний». Разделяя данные качества, я не хочу сказать, что решительность не может быть связана со смелостью. Безусловно, в ряде волевых актов они проявляются одновременно. Не случайно ряд слов обозначает и то и другое. Например, расхрабриться — значит набраться смелости и решиться на что-либо; отважиться — осмелиться, решиться; боевой — это и смелый и решительный. И все же это разные волевые качества.

Часто под решительностью понимают принятие решений без колебаний и сомнений. Хотя такое действительно иногда наблюдается, это вряд ли может быть признано характеристикой решительности как устойчивой волевой личностной черты.

Быстро, не колеблясь, человек принимает решение, например, при его твердой убежденности в правильности совершаемого поступка или при наличии достаточной информации о ситуации, когда у него имеется полная уверенность в осуществлении задуманного. Действия солдата, без колебаний и сомнений выполняющего приказ командира, или импульсивное поведение ребенка отнюдь не свидетельствуют, что они столь решительны.

Решительность как *волевая характеристика личности* чаще всего проявляется *при неуверенности в исходе задуманного или в правильности принимаемого решения*, когда от этого решения многое зависит как для самого человека, так и для других людей. В основе решительности лежит волевое усилие, направленное на преодоление имеющихся сомнений, прекращения колебаний. А это значит, что ее проявление связано с обдуманностью принимаемого решения.

Более точно суть решительности описывает В. В. Богословский (1973), который характеризует ее как волевое свойство личности, проявляющееся в быстром и *продуманном* выборе цели, определении способов ее достижения. Он подчеркивает, что понимание решительности как легкого и свободного выбора цели ошибочно. На самом деле решительный человек тоже может испытывать сложную, мучительную внутреннюю борьбу, и у него сталкиваются противоположные желания.

Соответственно, на мой взгляд, универсальное определение может быть следующим:

- **Решительность – это такое волевое качество, которое характеризуется минимальным временем принятия решения в значимой для человека ситуации, т. е. когда принятие неудачного решения может привести к неприятным последствиям для самого человека и его окружения.**

Время принятия решения в значимой ситуации существенно различается у разных людей и представляет устойчивую личностную характеристику. И. П. Петяйкин (1978) установил путем корреляции достоверные связи между уровнем решительности, проявленным при выполнении трех различных тестов. Это значит, что если одни субъекты проявляют большую решительность, чем другие, в какой-либо ситуации, то и в иных ситуациях они покажут меньшее время в принятии решения.

Подтверждением того, что решительность, определяемая по времени принятия решения, оказывается постоянной характеристикой личности, служит обнаруженная И. П. Петяйкиным (1975а) ее связь с нейротизмом и типологическими особенностями свойств нервной системы, т. е. с природными задатками. Так, более решительны люди, у которых имеются следующие типологические особенности: подвижность возбуждения и торможения, преобладание возбуждения по «внешнему» и «внутреннему» балансу и (в опасной ситуации) — сильная нервная система.

10.5. Есть ли «волевые» и «безвольные» люди?

Изучение соотношений между смелостью и решительностью (И. П. Петяйкин. 1975б) не подтвердило расхожее мнение, будто смелый человек всегда и решительный. Это особенно отчетливо проявляется в спортивной деятельности, и не случайно в исследовании В. А. Иванникова и Е. В. Эйдемана, 1986) именно спортсмены разделили в своих представлениях такие волевые качества.

По данным И. П. Петяйкина, при выполнении теста «лабиринт», где опасная ситуация отсутствовала, боязливые принимали решение сделать тот или иной ход даже несколько быстрее, чем смелые. При выполнении же теста «падение спиной назад» время колебаний было меньшим у второй группы обследуемых. Таким образом, *корреляция между волевыми качествами смелости и решительности обнаруживается только в опасной ситуации* (чем ниже уровень смелости, тем меньше решительность), причем в большей степени у лиц женского пола. Однако и тогда встречаются исключения. Многие боязливые становятся решительными при необходимости выполнять задание: для них длительное переживание опасности и страха мучительно, поэтому они действуют по принципу «лучше любой исход, чем бесконечное переживание опасности». Так, одна спортсменка, чемпионка СССР по прыжкам с 10-метровой вышки, прыгая, проявляла решительность только потому, что ей было страшно, и она хотела скорее избавиться от этого переживания.

Когда нет опасности, связь решительности со смелостью не обнаруживается: решительными могут быть и боязливые, а нерешительными — смелые.

10.6. Волевые качества и свойства нервной системы

Нет надобности говорить, какую роль в жизни и деятельности играют волевые качества человека. До недавнего времени их выраженность рассматривалась только как результат воспитания, становления человека как личности. Роль морального

компонента воли, мотива долженствования действительно велика в проявлении людьми волевых актов. Однако в последние два десятилетия установлена связь волевых качеств и с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы, а это значит, что волевые качества зависят и от врожденных особенностей человека.

Еще И. П. Павлов в статье «Тормозной тип нервной системы собак» писал:

Мне кажется, что в основе так сказать нормальной боязливости, трусости, а особенно болезненных фобий, лежит простое преобладание физиологического процесса торможения, как выражение слабости корковых клеток (1951а, с. 291). [*Павлов И. П.* Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. Л., 1932. С. 389.]

Изучение Н. Д. Скрябиным (1972) зависимости *смелость — трусость* от типологических особенностей проявления свойств нервной системы показало, что И. П. Павлов был прав. Низкая степень смелости оказалась связанной со слабой нервной системой, подвижностью торможения и преобладанием его по «внешнему» балансу. Причем чем меньше смелость, тем чаще у обследованных встречаются все три или два из трех признаков трусливости.

Таким образом, обнаружение трех типологических признаков практически гарантирует правильный прогноз о низкой смелости обследуемого, а двух из трех (в любом сочетании) позволяет с определенной долей уверенности говорить, что обследуемый не обладает большой смелостью.

Как уже говорилось, часто *решительность* оказывается независимым от смелости волевым качеством, что подтверждает и сравнение связей каждой из них с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. Достаточно сослаться на тот факт, что решительность при отсутствии страха не зависит от силы нервной системы (И. П. Петяйкин, 1975). Однако, проявляясь во времени принятия решения в значимой для человека ситуации, она зависит от типологической особенности, влияющей на ригидность или лабильность установок человека, — от свойства подвижности нервных процессов. У лиц с подвижностью возбуждения обнаруживается большая решительность, т. е. затрачивается меньше времени на принятие решения, от которого зависит успех в деятельности. У лиц же с инертностью возбуждения время принятия решения больше.

На решительность оказывают влияние и такие типологические особенности, как сдвиг «внешнего» и «внутреннего» баланса в ту или иную сторону: у людей с преобладанием возбуждения решительность большая, а с преобладанием торможения — меньше.

В ситуации, которую испытуемый расценивает как опасную, на решительность влияет и свойство силы нервной системы: у кого та сильная, на принятие решения они тратят меньше времени.

Аналогичная зависимость решительности от типологических особенностей выявлена и при использовании других тестов на решительность.

Полученные И. П. Петяйкиным в лабораторных экспериментах данные нашли подтверждение и в реальной спортивной деятельности. Так, время сосредоточения перед прыжком у спортсменов с сильной нервной системой, подвижностью возбуждения, преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу и уравновешенностью по «внутреннему» балансу (с преобладанием возбуждения в данной выборке спортсменов не оказалось) короче, чем у спортсменов с противополож-

ными типологическими особенностями. Это происходит в основном не за счет более быстрого мысленного повторения упражнения, а благодаря ускоренному принятию спортсменом решения о его готовности к прыжку.

М. Н. Ильиной (1975) была обнаружена зависимость времени сосредоточения перед выполнением баскетболистами штрафных бросков от наличия у них подвижности или инертности возбуждения: у спортсменов с подвижностью возбуждения оно оказалось короче. Это можно расценить как показатель их большей решительности.

В. И. Ржевский (1976), изучавший типологические особенности у игроков в городки, участвовавших в первенстве СССР, также установил: длительность подготовки к броску зависит от свойств нервной системы. Так, среди спортсменов, которые дольше готовились к выполнению броска, в отличие от тех, кто подготавливался к нему не так длительно, больше инертных по возбуждению, с преобладанием торможения по «внутреннему» балансу и с малой силой нервной системы. Таким образом, подтвердился типологический комплекс решительности, выявленный И. П. Петяйкиным.

Во многих видах деятельности проявляется такое волевое качество, которое в спорте называют **терпеливостью**. Она сказывается в возможности человека работать, не снижая интенсивности (за счет воли), если по ходу работы у него возникают трудности (недостаток кислорода, утомление). Именно благодаря терпеливости реализуется первая фаза утомления, называемая в теории физического воспитания *компенсированным утомлением*. Более терпеливыми оказываются субъекты, имеющие сильную нервную систему, инертность возбуждения, преобладание торможения по «внешнему» балансу и преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу (М. Н. Ильина, 1972). Этот же типологический комплекс влияет и на проявление упорства (Е. П. Ильин, Е. К. Фещенко, 1999).

Сопоставление типологических комплексов, влияющих на разные волевые качества, показывает, что между ними нет тождества. Отсюда следует вывод, что природная основа разных волевых проявлений неодинакова, поэтому субъект не может обнаруживать равную силу воли в различных ситуациях. Он может быть смелым, но не решительным (а подчас под влиянием обстоятельств — боязливым и от этого решительным: лучше плохой конец, чем бесконечная неизвестность и страх), решительным, но не терпеливым и т. д. Поэтому нельзя говорить вообще о волевом человеке. Надо знать конкретно, какие волевые качества у него находятся на высоком уровне, а какие — на низком. Только тогда возможно выстроить прогноз о надежности человека, о том, какой стиль деятельности ему целесообразнее формировать и т. д. При этом следует не очень уповать на возможность «исправить» волевые недостатки человека: если они по преимуществу обусловлены врожденными типологическими особенностями, то сделать это трудно.

ГЛАВА 11

Индивидуальность человека

Изложенное в предыдущих главах показывает, насколько пестра картина индивидуально-типических различий между людьми. Это различия и в эмоциональной, и в волевой, и в интеллектуальной, и в мотивационной сферах, и в свойствах нервной системы и темперамента и т. д. Разнообразное сочетание таких различий теоретически может приводить, очевидно, к бесчисленному появлению неповторимых личностей, *индивидуальностей*.

> Дифференциальная психология не является лишь одним из измерений особенного (в человеке). Предметом ее исследования служит сама целостная индивидуальность как существующая эмпирическая реальность (Вильям Штерн, 1926).

11.1. Понятие индивидуальности

Проблема индивидуальности человека широко обсуждалась и по-прежнему обсуждается в отечественной психологической, социологической и философской литературе. Однако, как и по другим вопросам, единства взглядов на сущность этого понятия до сих пор нет. Некоторые ученые (Г. М. Гак, 1967; И. С. Кон, 1967; В. П. Тугаринов, 1965) понимают под индивидуальностью единичность, неповторимость, уникальность человека при его сравнении с другими людьми. Однако И. И. Резвицкий (1973) утверждает, что сведение ее только к неповторимости, уникальности значительно обедняет научный анализ феномена.

По мнению исследователя, определение индивидуальности через выделение ее отдельных признаков (неповторимость, единичность и др.) — необходимое, но недостаточное условие, поскольку они не дают возможности раскрыть ее внутреннюю структуру, выяснить общие механизмы ее функционирования и развития, определить место в общественной структуре. Единичное, согласно И. И. Резвицкому, есть лишь предпосылка индивидуальности, в то время как общее — ее содержательная основа, сущность.

> Индивидуальность — это такая форма бытия, в которой в специфическом виде выражается общая природа человека. Поэтому сущность человеческой индивидуальности следует искать не за пределами человеческого общества, а в нем самом (с. 15).

> Индивидуальность – особенное в индивиде, совокупность только ему присущих особенностей (в частности, свойств личности), которая делает человека и его личность единичным воплощением типичного и всеобщего. И[ндивидуальность] нельзя ни отождествлять с личностью, что нередко делается, ни отрывать от нее. Личность всегда неповторима и, следовательно, индивидуальна. Но и[ндивидуальность] человека проявляется не только в его личности, но и в его организме (К. К. Платонов, 1984, с. 45–46).

Конечно, индивидуальные, неповторимые особенности человека нельзя отрывать от общих и особенных его черт, но такая постановка вопроса, сформулированная И. И. Резвицким, скорее уводит обсуждение проблемы об индивидуальности личности в сторону индивидуальности бытия, жизни.

Индивидуальность личности *выражается* в бытии, хотя и не есть его форма. В то же время нельзя отрицать, что она формируется не только под влиянием генетически предопределенных свойств, но и социального бытия человека. В этом отношении попытки свести индивидуальность человека только к биологическому, как это в свое время сделали Л. С. Выготский (1926) или П. П. Блонский (1964), писавший, что «индивидуальность есть своеобразная комбинация отдельных признаков, полученных по наследственности» (с. 123), или только к социальному (Н. К. Михайловский [1911], который полагал, что индивидуальность — это совокупность черт, присущих человеку как социальному феномену), представляются методологически ошибочными. Индивидуальность характеризует прежде всего особенности человека как личности, а особенности его бытия — это и следствие индивидуальности человека, и ее причина.

Индивидуальность (от лат. individuum – «неделимое, особь») – неповторимое своеобразие психики каждого человека, осуществляющего свою жизнедеятельность в качестве субъекта развития общественно-исторической культуры (Психологический словарь. М.: Педагогика, 1983. С. 129).

Индивидуальность – человек, характеризуемый со стороны своих социально значимых отличий от других людей; своеобразие психики и личности индивида, ее неповторимость (Психология. Словарь. М., 1990. С. 136).

С. Л. Рубинштейн в своем капитальном труде «Основы общей психологии» индивидуальности уделил всего несколько строк, однако подчеркнул важный способ ее формирования — индивидуальный жизненный путь.

Конкретно онтогенетическое развитие каждого человека совершается по мере того, как он проходит свой индивидуальный жизненный путь, и является формированием, развитием его индивидуальности (1999, с. 162).

С. Л. Рубинштейн писал, что человек есть индивидуальность в силу наличия у него особенных, единичных, неповторимых свойств. Возникает резонный вопрос: что это за свойства, какие из них характеризуют индивидуальность, а какие — нет К. А. Абульханова-Славская (1991), например, считает, что проявлениями индивидуальности являются самовыражение и самолюбие. Но разве, например, последнее присуще только одному субъекту? А Д. Н. Узнадзе выделил *типы* самовыражения, но отнюдь не неповторимые индивидуальные его особенности. Создается впечатление, что К. А. Абульханова-Славская, по сути, ведет речь не об индивидуальности, а о личности.

11.2. Б. Г. Ананьев об индивидуальности

Большое место индивидуальности человека уделял в своих работах Б. Г. Ананьев (1969). Он видел в ней целостность, внутреннюю замкнутость свойств человека, их взаимосвязанность. Индивидуальность, по Б. Г. Ананьеву, не сводится к отдельным свойствам персоны или к их совокупности, а относится к человеку в целом. Соответственно и понятие индивидуальности фиксирует не просто факт единичности человека, а целостное единство многообразных признаков конкретного

субъекта: свойств индивида (совокупность природных свойств), личности (совокупность общественных и др. отношений) и субъекта деятельности (совокупность видов деятельности и меры их продуктивности).

В каждой из этих подструктур существуют индивидуальные различия, которые отражают неповторимость, уникальность человека, однако они не могут рассматриваться в качестве критериев индивидуальности как целостного феномена. Индивидуальность человека — сложное многоуровневое и многоструктурное образование, все элементы и свойства которого образуют единое целое.

Б. Г. Ананьев считал, что при изучении индивидуальности нужно учитывать два принципа — субординационный и иерархический. Первый состоит в том, что более сложные и более общие социальные свойства личности подчиняют себе более элементарные и частные психологические и психофизиологические свойства. Второй принцип допускает паритетные взаимодействия между разноуровневыми показателями — т. е. относительную автономию каждого из них. Это значит, что индивидуальные особенности низших уровней (биохимического, физиологического, психологического) могут проявляться сами по себе, без коррегирующего давления более высокого уровня. Однако при этом остается открытым вопрос, в каких же случаях индивидуальность реализуется по субординационному, а в каких — по паритетному принципу.

> Дело не в том, сводится ли индивидуальность к типу или, напротив, не сводится, поскольку типологическая модель всегда есть в той или иной мере абстрагирование от многих свойств индивида.
>
> ...Не только целостная система, но и основные ее компоненты индивидуализируются в процессе их взаимодействия. Мы старались показать, что в ходе онтогенетического развития и жизненного пути человека происходит прогрессирующая индивидуализация организма и личности человека, охватывающая все уровни этого развития (как молярные, так и молекулярные) (Ананьев Б. Г., 1980, с. 177).

Методическим подходом к выявлению этой сложной взаимосвязи различных элементов и свойств в структуре индивидуальности школа Б. Г. Ананьева избрала метод корреляционного и факторного анализа. Была осуществлена корреляция множества показателей самых разных уровней (физиологических, психофизиологических, психологических), которые интерпретировались в границах рассматриваемой целостности, т. е. предполагаемой обязательности связей между ними. Однако слабой стороной такого подхода (когда устанавливаются корреляции всего со всем) выступает вовсе не обязательная очевидность и причинность выявляемых связей. В результате такого «слепого» коррелирования, часто используемого в дипломных и диссертационных исследованиях, многие достоверные связи по своему смыслу бывают просто абсурдными.

> Теория человеческой индивидуальности может быть построена только в системе синтетического человекознания (Ананьев Б. Г., 1980, с. 178).

Индивидуальность как характеристика целостности человека рядом ученых подвергается сомнению. Так, Р. Уильямс (1960), выступая против идеи стандартного человека и абстрактного понимания нормы в медицине, в то же время усомнился, что индивидуальное своеобразие есть только свойство организма как целого. Он считал, что медицина должна признать индивидуальность на биохимическом

и физиологическом уровнях, не ограничиваясь ее признанием на психологическом и социальном уровнях.

Неповторимость феноменов обнаружена, как известно, в рисунке узоров кожного покрова (на чем основаны пробы отпечатков пальцев и опознание по ним человека), в тембре голоса, связанного с конституциональными особенностями человека, в треморе разных двигательных систем, включая двигательный аппарат глаза.

Новым для науки является открытие неповторимости частот биоэлектрических ритмов головного мозга и возможность опознания человека по электроэнцефалограмме (см. об этом главу «Признаки личности» в книге электрофизиолога Г. Уолтера «Живой мозг» [1966]). Однако самое любопытное заключается почти в полной автономности каждого из этих феноменов. Бесконечен ряд таких «неповторимостей». Вместе с тем обнаружить значимые корреляции между ними у одного и того же человека крайне трудно, как об этом свидетельствуют коллективные исследования наших сотрудников (*Ананьев Б. Г.* Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1980. Т. 1. С. 175).

11.3. Представления В. С. Мерлина об интегральной индивидуальности

В. С. Мерлин тоже исходил из целостного понимания индивидуальности, только слово «целостность» поменял на «интегральность». Поэтому у него речь идет об *интегральном исследовании индивидуальности и интегральной индивидуальности*. В основе его понимания индивидуальности лежит принцип системности, общая теория живых саморегулирующихся и самоактуализирующихся систем.

...Интегральная индивидуальность — это не совокупность особых свойств, отличная или противоположная другой совокупности, обозначаемой как характеристика типичности человека. Интегральная индивидуальность — это особый, выражающий индивидуальное своеобразие характер связи между всеми свойствами человека (1986, с. 7).

В. С. Мерлин полагал, что одно и то же свойство может быть одновременно типичным и индивидуальным, если рассматривать его в определенном отношении. Например, потребность в достижениях социально типична в ситуации соревнования (т. е., надо понимать, присуща в этой ситуации пусть и не всем, но многим). Однако если судить о потребности в достижениях по уровню притязаний, то она индивидуально своеобразна, так как связана с индивидуальными особенностями психодинамики человека (надо понимать, у разных людей эти связи качественно разные, иначе в чем же тогда заключается индивидуальность?).

Каждое отдельное свойство человека индивидуально также в количественном отношении, по степени его выражения. Индивидуально неповторимо *сочетание типичных свойств*: биохимических, соматических, нейродинамических, свойств личности (однако здесь В. С. Мерлин вступает в противоречие с данным им определением интегральной индивидуальности, согласно которому она *не есть* совокупность особых свойств, отличная от другой совокупности).

В чем совершенно прав В. С. Мерлин, говоря об интегральном исследовании индивидуальности (а в переложении на простой язык — конкретного человека), так это в подчеркивании необходимости изучать связи и взаимообусловленность свойств различных уровней: от биохимического до социального. Например, в исследованиях, проведенных мною и моими учениками, выявлена многоуровневая обусловленность такого социального явления, как лидерство в спорте.

В настоящее время специализация и дифференциация наук привели к тому, что исследования индивидуальных свойств, относящихся к разным уровням развития материи, в большой степени обособились. Индивидуальные различия в электрической активности мозга изучаются вне связи с биохимическими и конституционально-соматическими свойствами организма. Нейродинамические и психодинамические свойства в школе Б. М. Теплова и В. Д. Небылицына изучались вне связи с направленностью личности и свойствами характера. Направленность личности и мотивы изучались в школе А. Н. Леонтьева вне связи с нейрофизиологическими свойствами и свойствами темперамента.

Социальная активность личности в социальной психологии точно также исследуется вне связи со свойствами темперамента и свойствами нервной системы (Петровский А. В., 1978). В результате интегральная индивидуальность не стала объектом научного изучения, а была в какой-то степени лишь предметом художественного изображения (Мерлин В. С., 1986, с. 23).

Лидерами в спортивных командах, как правило, являются лица, имеющие сильную нервную систему, которая создает психологическую устойчивость. Сильная же нервная система обусловлена определенным физиологическим параметром — уровнем активации покоя. В свою очередь, он зависит от соотношения в крови адреналина и норадреналина, т. е. от особенностей гуморального уровня регуляции. Таким образом, интегральный (многоуровневый) подход позволяет обнаружить истоки того или иного явления, в том числе и социального.

К сожалению, интегральный подход (не на словах, а на деле) все еще не получил надлежащего распространения в исследованиях психологов, занимающихся изучением человека. И связано это с тем, что психофизиология, в том числе и дифференциальная психофизиология, находятся не в почете у психологов (создается впечатление, что многие из них ее даже боятся). Впрочем, это и понятно. Строить абстрактные модели личности легче, чем осуществлять исследование с использованием инструментальных методов исследования (тем более что часто они вообще отсутствуют). Кроме того, интегральный подход к человеку требует не только более масштабного мышления, но и более широких знаний, выходящих за рамки психологии.

Пренебрежительное отношение к психофизиологии и к дифференциальной психофизиологии существует у многих отечественных психологов и потому, что за годы советской власти они твердо усвоили: человек (личность) — это социальное существо, и изучать его можно и не выявляя природный склад (а то еще попадешь в разряд биологизаторов). И не случайно усилиями одного из поборников социальной чистоты личности была расформирована дифференциально-психофизиологическая лаборатория Б. М. Теплова, а лаборатория, основанная Б. Г. Ананьевым, прекратила свое существование после смерти ее основателя.

Разноуровневые многозначные связи рассматриваются В. С. Мерлиным не только каузальными (свойства низшего уровня выступают как причины, а свойства высшего — как следствия), а определяемыми иным типом детерминации.

Естественно, возникает вопрос: как осуществлять интегральное исследование индивидуальности при наличии столь большого количества индивидуально-типических особенностей человека? Как полагал В. С. Мерлин, чтобы исследование индивидуальности стало интегральным, достаточно изучить связи между ограниченным количеством индивидуальных свойств, относящихся, правда, к разным иерархическим уровням. При этом под последними он понимает такие уровни, которые предположительно определяются разными закономерностями (биохимическими, физиологическими, психологическими, социальными), что должно

быть проверено и доказано на основе объективных критериев, выделенных в ходе исследования.

В. С. Мерлин пишет:

В качестве представителей разных уровней необходимо выбирать не любые изолированные свойства, а лишь такие комплексы, которые определяют закономерную, относительно замкнутую систему. Например, для нейродинамического уровня такими образцами могут быть показатели силы и лабильности, потому что их сочетание характеризует тип нервной системы. Для психодинамического — эмоциональность и экстраверсия — интроверсия, потому что их сочетание характеризует тип темперамента (1986, с. 28–29).

Такой подход (в выделении комплексов свойств как представителей своего уровня) весьма спорен, поскольку тип нервной системы или темперамента определяется не только выделенными В. С. Мерлиным свойствами. В этом-то и заключается сложность практического решения вопроса об индивидуальности конкретного человека. Существует множество разноуровневых типологических особенностей индивидуума, и зависят ли они друг от друга, каким образом оказывают взаимное влияние, — остается неясным. Вместе с тем теоретически такие связи, выявленные в ряде исследований, более-менее понятны: биохимический уровень и гормональные особенности влияют на особенности протекания нервных процессов, те — на проявление свойств темперамента, психических процессов и свойств, а последние обусловливают специфику социального поведения человека. (Существует и обратное влияние социальных условий развития, воспитания, деятельности на специфику проявления свойств темперамента и характера.)

Не случайно сам В. С. Мерлин пишет, что «изучение связи между всеми иерархическими уровнями индивидуальности в настоящее время невозможно по двум причинам: 1) неизвестен исчерпывающий состав этих уровней; 2) часто мы не в состоянии заранее знать, какие свойства относятся к одному и тому же, а какие — к разным иерархическим уровням» (1986, с. 29). Поэтому интегральное исследование индивидуальности как методологический подход возможен и при ограниченном уровне наших знаний, а вот говорить о реальном выявлении *интегральной индивидуальности данного человека* не представляется возможным. Пока мы находимся *на пути* к интегральному рассмотрению индивидуальности человека.

Но это не единственная трудность, связанная с практической реализацией учения об индивидуальности. Существуют и теоретические трудности. В. С. Мерлин в качестве системообразующего механизма интегральной индивидуальности рассматривает индивидуальный стиль деятельности, формирование которого зависит от разноуровневых особенностей человека и потому рассматривается как выразитель интегральной индивидуальности. Но ведь один и тот же стиль деятельности присущ многим людям, т. е. оказывается типической, а не индивидуальной характеристикой человека. Если же неповторимость, уникальность не является главным признаком интегральной индивидуальности, тогда чем это понятие отличается от «конституции человека» («общей конституция», по В. М. Русалову)?

Согласно концепции интегральной индивидуальности, между различными психологическими подструктурами существуют многозначные связи, обеспечивающие автономность функционирования психологических образований. Однако такое понимание межуровневой сопряженности вызывает затруднения в объяснении как процесса формирования устойчивых предпочтений (индивидуальных стратегий поведения и способов деятельности) в определенной среде, так и особенностей функцио-

нирования индивидуальности как целого. Необходимость такого подхода на определенном этапе развития представлений об индивидуальности человека была оправданна. Вместе с тем исследователями, работающими в рамках данной школы, описываются лишь наиболее общие характеристики индивидуального сопряжения, опосредованные деятельностью (Белоус, 1982).

Весьма продуктивная гипотеза В. С. Мерлина (1986) о стиле как системообразующем компоненте, проявляющемся в виде механизма внутреннего и внешнего сопряжения индивидуальных свойств, должна быть дополнена положением о существовании основы, ограничивающей многообразие стилевых проявлений индивидуальности. В качестве таковой может выступить темперамент, понимаемый в широком смысле как базовая формально-динамическая характеристика. Отметим, что такой подход вступает в противоречие с представлениями В. С. Мерлина о механизмах межуровневых связей в структуре психологических качеств. В то же время весьма ценным остается положение о том, что анализ взаимодействия биологических, психологических и социальных уровней индивидуальности связан с пониманием ее интегральной природы и развитием представлений о взаимовлиянии психологических образований в ее структуре (Либин А. В., 2000, с. 238–239).

11.4. Личность и индивидуальность

Существует немало противоречий по вопросу соотношения личности и индивидуальности. Одними вторая осознается всего лишь как признак первой (В. П. Тугаринов, 1965), другими — как признак человека в качестве единого целого (индивида и личности), развитие которого осуществляется по вектору: индивид — личность — индивидуальность (Б. Г. Ананьев, 1969), т. е. индивидуальность признается новым психофизиологическим образованием.

В. С. Мерлин отличает индивидуальность личности от интегральной индивидуальности, которая характеризует человека как биологическое и социальное существо. Так, рассуждая о соотношении интегральной индивидуальности с социальными типами (к которым он относит и типы личности), автор замечает:

> Интегральная индивидуальность — это форма существования различных социальных типов (читай — типов личности. — *Е. И.*). В каждом социальном типе имеется специфическое бесконечное множество интегральных индивидуальностей, в которых он выражается (1986, с. 34).

Из этой цитаты трудно понять, что в чем выражается: тип личности в интегральной индивидуальности или интегральная индивидуальность — в типе личности.

В работах представителей пермской психологической школы очевидна тенденция подменять понятия «человек», «личность», «темперамент» термином «интегральная индивидуальность», но не выявлять саму индивидуальность как уникальное целостное образование. В. В. Белоус (2002), анализируя подходы к изучению структуры темперамента и интегральной индивидуальности, убедительно доказывает, что они не отличаются друг от друга. Все сводится либо к выявлению глобальных типов А и Б, либо к препарированию целого, к выявлению отдельных показателей разных уровней «интегральной индивидуальности».

Изучаются, например, религиозная активность, интеллект, специальные способности, индивидуальный стиль деятельности *в структуре интегральной индивидуальности*, но не *разные индивидуальности как целостные образования* (О. Я. Андрос, 1994; А. А. Волочков, 2000; Н. И. Иоголевич, 2000; Т. И. Порошина, 1997; Д. О. Смирнов, 2000; М. Р. Щукин, 1995). Спрашивается, чем такой подход отличается от существовавших ранее и существующих до сих пор (например, от выяв-

ления индивидных и личностных профилей, в частности, с использованием опросника Кеттелла, как это сделано в статье А. А. Волочкова)? Только тем, что одновременно выявляются и индивидные, и личностные особенности? Создается впечатление, будто термин «интегральная индивидуальность» скорее используется пермскими психологами для маркировки своей школы, сохранения традиции, связанной с именем В. С. Мерлина, нежели для определения специфики изучаемой научной проблемы.

В другом случае «интегральная индивидуальность» исследуется с привлечением различных контингентов людей. Ими оказываются студенты, педагоги, городские и сельские школьники, подростки, живущие в различных социальных условиях, корабельные специалисты, причем учитывается какой-либо один фактор — мотив достижения успеха, экстраверсия — интроверсия, возраст, этап обучения и т. д. (Аль Акур Сами Мухамед, 1999; Л. А. Ивашнева, 1998; Т. В. Копань, 1996; К. В. Макарова. 1992; А. Т. Найманов, 1991; Ю. В. Павличенко, 1995; Ф. М. Шидакова, 1991; Г. П. Юрьев, 1997). Неизученного контингента и нерассмотренных факторов осталось еще очень много, поэтому поток диссертаций об интегральной индивидуальности иссякнет не скоро. Вот только прояснится ли, что же она собой представляет и каждый ли человек (личность) оказывается индивидуальностью — вопрос.

Б. Г. Ананьев писал, что индивидуальность всегда есть индивид с комплексом природных свойств, хотя не всякий индивид является индивидуальностью. Для этого ему надо стать личностью. А если общество способствует формированию однотипных личностей, как это случается при авторитарных режимах в ряде государств? И чего больше в индивидуальности — индивидного или личностного? Если индивидуальность понимается только как совокупность имеющихся у человека типических (называемых индивидуальными) особенностей, то могут ли быть одинаковые индивидуальности? Могут ли вообще природные свойства создать уникальное, неповторимое свое сочетание или же для этого требуется влияние жизненного пути, который действительно уникален у каждого человека?

Т. В. Копань (1996), например, показала, что у городских и сельских школьников с одной и той же мотивацией достижения успеха структуры интегральной индивидуальности приблизительно одинаковы. О какой же *уникальности* структуры интегральной индивидуальности (о чем пишет автор) может идти речь, если она присуща многим? Тот факт, что структура личности школьников, имеющих разную мотивацию к достижению успеха, различается, свидетельствует лишь о типических, а не индивидуальных особенностях.

А сколько обозначений индивидуальности имеется у разных авторов: *целостная* индивидуальность — у С. Л. Рубинштейна (1999), Т. Ф. Базылевич (1998) и В. М. Русалова (1988), *комплексная* индивидуальность — у Б. Г. Ананьева, *интегральная* индивидуальность — у В. С. Мерлина, *субъектно-деятельностная* индивидуальность — у А. В. Брушлинского (1994), *структурно-функциональная* индивидуальность — у Э. А. Голубевой (1995), *полиморфная* и *всеобщая* индивидуальность — у В. В. Белоуса (2002)!

Разрешению вопроса об индивидуальности человека препятствуют и другие моменты, например неадекватное использование многими авторами понятия «индивидуальное». Говорят об индивидуальных свойствах (различиях) индивида, имея в виду типологическую дифференциацию по свойствам нервной системы

и темперамента. Но эти свойства являются *типическими*, так как присущи многим людям. Пишут об индивидуальном стиле деятельности, хотя имеют в виду тот, что свойствен многим тысячам людей, т. е. опять-таки является типическим.

Единственное средство избежать этой терминологической путаницы — называть вещи своими именами: присущее многим называть типическим, а свойственное только одному — уникальным и неповторимым, т. е. индивидуальным. Это не означает, что типические характеристики надо исключать из понятия «индивидуальность». Не надо только принимать каждое из них за выражение неповторимого.

> Единичный человек как индивидуальность может быть понят лишь как единство и взаимосвязь его свойств как личности и субъекта деятельности, в структуре которых функционируют природные свойства человека как индивида. Иначе говоря, индивидуальность человека можно понять лишь при условии полного набора характеристик человека (Ананьев Б. Г., 1980, с. 178).

Пока же при чтении работ, посвященных проблеме человеческой индивидуальности, меня не покидает мысль, что авторы больше озабочены решением вопроса, из чего складывается индивидуальность (личность) человека (т. е. какова абстрактная ее структура, какие связи существуют между частями таковой), каким образом она формируется, нежели пытаются выяснить то, что есть индивидуальность и как можно ее выявить у *конкретного* человека.

Очевидно, что индивидуальность как уникальность, неповторимость человека проявляется прежде всего и главным образом в неповторимости его жизненного пути, который формирует многообразные личностные особенности — и не только положительные, но и отрицательные. В связи с этим человек как личность предстает перед нами многоликим существом, со многими склонностями и стремлениями, находящимися порой в полном несогласии друг с другом, и какая из сторон личности проявится, во многом зависит от ситуации и окружения человека. Так, даже закоренелый преступник может обладать «чувством» товарищества и взаимовыручки по отношению к членам своей шайки, а культурный и выдержанный человек может проявить себя агрессивным болельщиком на футболе. Почему, например, начальник одного из гитлеровских концлагерей мог выступать в двух ипостасях: быть добрым, сентиментальным и играть на скрипке дома и безжалостно убивать заключенных? Выходит, не прав А. С. Пушкин, и гений и злодейство совместимы, а известное изречение: «красота спасет мир» — не более чем красивая фраза.

В народе бытует поговорка: «Чтобы понять человека, надо с ним съесть пуд соли». Эта народная мудрость говорит о том, что с налета, наблюдая другого только в одной-двух жизненных ситуациях, весь его психический склад не раскроешь. А ведь именно это часто и делают психологи, изучая личность в какой-то одной конкретной ситуации или с помощью того или иного личностного опросника. Вот и поворачивается к психологу личность какой-либо одной своей стороной, а остальные остаются скрытыми от глаз исследователя, как обратная сторона Луны.

Изучим ли мы в такой ситуации интегральную индивидуальность как некую целостность? И вообще, готовы ли мы к такому изучению в данный момент? Мне представляется, что нет. С какого конца ни подойди — биологического или социального, полную картину о человеке выявить не удается. Не случайно существует более 10 классификаций типов темперамента и более 50 теорий личности. Попыт-

ки выделить интегральные типы темперамента с помощью формальных (математических) методов вообще приводят к странным результатам. Например, В. В. Белоус, использовавший такие методы, определил только два типа темперамента — А и Б.

Помимо того, что сейчас психология не в состоянии дать интегральное описание человека и личности как индивидуальности, возникает вопрос: а возможно ли это в принципе? Не есть ли эти представления миф, каким в недавнем прошлом были представления о счастливом коммунистическом будущем? Не выступает ли идея о личностной целостности как неком *монолите* тормозом в ее изучении, что приводит к абсолютизированию связей между различными свойствами личности? Распространено же в психологии и педагогике представление, будто из-за целостности личности изменение одного ее свойства (в положительную сторону) приводит к изменению (в ту же сторону) и других свойств. Как мы видели из приведенных выше примеров, это далеко не так.

Выскажу спорную мысль: интегральную индивидуальность человека вообще и личности в частности нельзя представлять себе как монолит, метасистему. Исходя из теории П. К. Анохина о функциональных системах, формирующихся каждый раз заново в соответствии с возникающей новой ситуацией и новой задачей адаптации к ней или ее преобразования, поведение человека (его реагирование на складывающуюся ситуацию) можно тоже представлять как результат формирования каких-то частных (ситуативных) *личностных функциональных систем* как целостных интегральных образований.

В зависимости от индивидных и личностных особенностей человека, ситуации и стоящей перед ним задачи эти целостные личностные системы будут различными, а следовательно, человек каждый раз проявит в поведении свои разные стороны. *Попадая в ту или иную ситуацию, человек, будучи личностью, должен выступать как интегральная (целостная) функциональная система, однако в различных ситуациях эта интегральность поведения личности по своему составу (структуре) и качеству будет разной.*

Часть четвертая

Индивидуальные особенности и деятельность

Эффективность деятельности во многом зависит от индивидуальных особенностей человека. Последние включают в себя способности и одаренность, типологические особенности свойств нервной системы и темперамента, а также формирующийся на их базе стиль деятельности, руководства и общения. Вместе с тем и сами индивидуальные особенности человека подвержены влиянию того вида деятельности (профессии), которым занимается индивидуум. В результате образуются сложные переплетения врожденного и приобретенного, составляющие индивидуальность человека.

Но прежде чем приступить к изложению вопроса о влиянии типологических особенностей на эффективность различных видов деятельности, на формирование стиля деятельности и руководства, рассмотрим теоретические представления о способностях и одаренности, поскольку без адекватного понимания природы способностей трудно осуществлять и многие практические мероприятия, обеспечивающие эффективность деятельности, в частности профессиональную ориентацию и профессиональный отбор.

РАЗДЕЛ ПЕРВЫЙ

Способности как прогностический критерий различий между людьми по эффективности деятельности

Различия людей по максимальным достижениям традиционно связываются в психологии с изучением способностей и одаренности. Эта проблема волнует умы ученых с давних времен. И в зависимости от представлений о природе человека, господствовавших в разные периоды, к способностям и одаренности относились по-разному. Достаточно вспомнить не столько распространенные среди педагогов, сколько совсем недавно навязывавшиеся им теоретиками педагогики и психологии утверждения, будто нет плохих учеников, а есть плохие учителя, будто ребенок – это «глина», из которой педагог может вылепить все, что ему нужно, а все люди одинаково способны, и прочее, прочее. Такой наигранный оптимизм ни к чему хорошему не приводил. Игнорирование врожденных особенностей человека часто заводило педагогов в тупик: ученик никак не хотел развиваться и воспитываться в намечаемом направлении и в ожидаемом темпе.

Более 80% опрошенных учителей отнесли физические характеристики к зависимым от наследственных факторов. Характеристики темперамента половина учителей оценили высшим баллом по шкале наследственности, а половина – по шкале воспитания. Исключение составляет «флегматичность», оцениваемая 80% учителей как зависимая от наследственности. Когнитивные характеристики и способности, такие как память, музыкальные способности, гениальность, талантливость, способность к физике, математике, артистические и художественные способности, более 70% всех учителей оценивают высшим баллом по шкале наследственности, и наоборот, такая характеристика, как «внимание», оценивается только 20% учителей как наследственная. Показатели общего спектра личности все учителя оценивают как более зависимые от воспитания.

Учителя с большим стажем работы склонны оценивать характеристики всех четырех групп выше по шкале наследственности. Наибольшее расхождение выявилось по следующим характеристикам: тревожность, усидчивость, флегматичность, энергичность, гениальность, спортивные способности, способности к физике и математике, талантливость (С. А. Телегина, И. Ф. Шляхта, 1991, с. 171–172).

Встречались и откровенно политические и идеологические спекуляции, когда со страниц партийной печати критиковались мнения о том, что способности и одаренность обусловлены врожденными механизмами, а ученые, придерживавшиеся этой точки зрения, объявлялись биологизаторами. И в то же время эти идеологи закрывали глаза на тот факт, что у людей в сфере искусства врожденность одаренности и способностей ни у кого сомнений не вызывала, а утверждения типа «Это божий дар» не вызывали желания и музыкальных педагогов, педагогов-художников также причислить к биологизаторам. Подобная двойственность проявилась даже у известного генетика Н. П. Дубинина (1977), который считал, что «простые» способности (двигательные, перцептивные и т. п.) являются врожденными, а «сложные» (умственные) – приобретенными. Во многом это обусловлено тем, что сами способности толкуются разными учеными неоднозначно. И это общая беда всей психологии, в которой существует большая неопределенность многих используемых понятий.

ГЛАВА 12

Два подхода к рассмотрению способностей

12.1. Краткий исторический обзор изучения проблемы способностей

Способности представляют собой дифференциально-психофизиологический феномен. С давних пор и до настоящего времени ведутся споры о об их генезе.

Как отмечает К. К. Платонов (1972), «преемственная линия развития учения о способностях как индивидуально-психических явлениях начинается с глубокой древности» (с. 7). Понятие о способностях ввел в науку Платон (428–348 гг. до н. э.). Он говорил, что «не все люди равно способны к одним и тем же обязанностям; потому что люди, по своим способностям, весьма различны: одни рождены для управления, другие — для вспомоществования, а иные — для земледелия и ремесленичества»[1]. Именно благодаря Платону возникло представление о врожденном неравенстве людей по способностям; философ говорил о том, что человеческая природа не может одновременно хорошо делать два искусства или две науки.

Существенным этапом в развитии учения о способностях стала книга испанского врача Хуана Уарте (1575) «Исследование способностей к наукам», которая, хотя и была запрещена Ватиканом и инквизицией, переведена на все европейские языки. Х. Уарте тоже писал о врожденности дарований. Так, он указывал:

> ...Пусть плотник не занимается земледелием, а ткач — архитектурой; пусть юрист не занимается лечением, а медик адвокатским делом; но пусть каждый занимается только тем искусством, к которому он имеет природный дар, и откажется от всех остальных...[2]

Английский философ-материалист Френсис Бэкон, признавая природную одаренность («Природа в человеке часто бывает сокрыта, иногда подавлена, но редко истреблена... Счастливы те, чья природа находится в согласии с их занятиями»[3], — писал он), в то же время считал, что врожденные дарования подобны растениям и нуждаются в выращивании с помощью занятий наукой. Тем самым он признавал роль воспитания в развитии и «исправлении» способностей.

Томас Гоббс (XVI в.) разделял способности на физические и умственные и считал, что природа касательно этих способностей создала людей равными. Решительно критиковал мысль о врожденности способностей и другой английский

---

1 *Платон.* Сочинения. Ч. III. СПб., 1863. С. 143.

2 *Уарте Х.* Исследование способностей к наукам. М., 1960. С. 19.

3 *Ф. Бэкон.* Новая Атлантида. Опыты и наставления нравственные и политические. М., 1954. С. 118–119.

философ — Джон Локк. Так, с переменным успехом и боролись два философских направления в понимании природы способностей (согласно одному, это спонтанная, врожденная активность души; согласно другому — «воспитание всемогуще»).

Новый этап в изучении способностей начинается со второй половины XIX в., когда появилось психологическое тестирование, а вместе с ним и психология индивидуальных различий как особое научное направление.

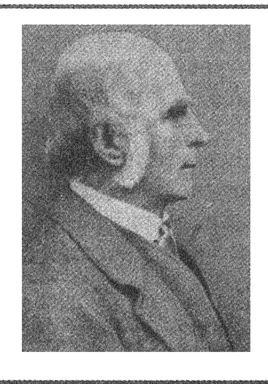
Основоположником эмпирического подхода к изучению рассматриваемой проблемы следует считать англичанина Фрэнсиса Гальтона, который, начиная с 1869 г., публиковал серию работ (например, книгу «Наследственный гений»). В них автор доказывал наследственную передачу способностей от родителей к детям (не без влияния идей своего двоюродного брата Чарльза Дарвина).

Он полагал, что талант является наследственной чертой, сказывающейся в ряде поколений. Утверждая, что социальная элита формируется на основе наследуемого таланта, Гальтон пришел к выводу о необходимости улучшить британскую расу: повысить умственные способности путем селективного отбора. В 1883 г. его идея получает название **евгеники**. Тогда же Ф. Гальтон публикует еще одну книгу «Исследование способностей человека и их развитие», считающуюся первым научным трудом по проблеме индивидуальных различий.

Ф. Гальтон предложил многие психодиагностические методы и методики изучения способностей, в частности методику сравнения способностей близнецов, выросших в одинаковых и разных социальных условиях. Однако для доказательства своих идей он избрал не очень удачные тесты и показатели (в основном сенсорные), поэтому в результате потерпел неудачу. Несмотря на это, его работы послужили отправным пунктом в развитии дифференциальной психологии (психофизиологии). Последователями идей Ф. Гальтона стали Э. Мейман (1917), И. А. Сикорский (1918), Г. Ревеш (G. Revesz, 1952).

Более адекватные тесты для изучения уровня развития интеллекта предложил в начале XX в. французский ученый Альфред Бине (1910). Он и его сотрудники измеряли уровень развития психических процессов — памяти, внимания, воображения и т. д. Он разработал первый психометрический тест интеллекта (шкала умственного развития Бине—Симона).

Основываясь на этой батарее тестов, немецкий исследователь Вильям Штерн предложил определять индекс интеллекта — *IQ*. В своей работе «О психологии



Френсис Гальтон родился в 1822 г. в Англии. Антрополог и психолог. Почетный доктор Оксфордского и Кембриджского университетов. Получил медицинское и биологическое образование, но первоначально занялся географией и метеорологией, затем криминалистикой и внес вклад в дактилоскопию. В начале 1860-х гг. увлекся проблемой способностей и таланта. Попытался приложить эволюционную теорию к решению проблем индивидуальных различий в способностях человека. Одним из первых использовал вариационно-статистические методы в области экспериментальной психологии, анкеты и опросники для изучения личностных особенностей. Вместе с двоюродным братом Чарльзом Спирменом разработал основания корреляционного анализа. Заложил основы психометрики. Умер Ф. Гальтон в 1911 г.

индивидуальных различий»» (1900) он ввел термин *дифференциальная психология.*

Штерн различал два вида одаренности — реактивную и спонтанную. Дети, обладающие первой, каждый раз нуждаются в стимуляции извне, и им более присуща практическая деятельность, тогда как обладающие спонтанной одаренностью более склонны к интеллектуальной, теоретической деятельности. Реактивная одаренность, по Штерну, стоит ниже спонтанной, теоретической, так как она существует у животных, дикарей и маленьких детей; спонтанная же одаренность присуща только человеку и притом на высших ступенях развития.

В этом сказывается своеобразное понимание автором одаренности, которая, с его точки зрения, представляет собой «общепсихологическое предрасположение», общую способность психического приспособления к новым задачам и условиям жизни и которая характеризует не межиндивидуальные различия, а филои онтогенетические различия в развитии живых существ.

Существенным моментом в объяснении Ф. Штерном одаренности выступает идея конвергенции внутреннего фактора — задатков — с внешним фактором (обучением и средой). Задатки автор понимал как «еще точно не очерченную возможность» деятельности с широким простором для развертывания. Под влиянием возрастного развития и внешних условий они превращаются в свойства, которые являются результатом взаимодействия внешних и внутренних условий.

Другой немецкий психолог и педагог Эрнст Мейман (1917) считал, что внешние условия лишь усиливают или ослабляют развитие наследственных задатков.

В эти же годы английский психолог Ч. Спирмен (C. Spearman, 1904) применил метод корреляции тестовых испытаний, чтобы выделить «общий фактор одаренности». Однако американский психолог Л. Терстон (L. Thurstone, 1938), развив идеи Спирмена и использовав метод «мультифакторного анализа», расщепил «общий фактор» на девять факторов, а в 1950-х гг. их стали выделять уже десятками.

В нашей стране в 1920–1930-е гг. проблема способностей изучалась главным образом в рамках психотехники с использованием методов тестирования. Новый шаг в теоретическом осмыслении проблемы был сделан в 1930–1940-е гг. благодаря работам С. Л. Рубинштейна и Б. М. Теплова. В последующий период большой вклад в разработку этой темы внесли труды Т. И. Артемьевой, Э. А Голубевой, В. Н. Дружинина, А. Г. Ковалева, В. Н. Мясищева, К. К. Платонова, В. Д. Шадрикова.

Ныне существуют различные подходы к рассматриваемому понятию — *общепсихологический* и *дифференциально-психологический.* Согласно первому способностями признаются любые проявления возможностей человека (исходная посылка: человек *способен,* может осуществлять какую-либо деятельность). В центре проблемы оказывается вопрос о том, как эффективнее развивать возможности всех людей, включая их знания и умения.

Такая точка зрения имеет давние корни. Например, по мнению К. Д. Ушинского, ум есть не что иное, как хорошо организованная система знаний. Следовательно, проблема способностей приобретает психолого-педагогический оттенок.

Получается, что все люди способные, все всё могут. Вот и в книге В. Н. Дружинина «Психология общих способностей» (1999) эта традиция находит свое продолжение, так как под общими способностями понимается интеллект, обучаемость, креативность. Дело сводится не к тому, какого уровня может достигнуть человек

в том или ином виде деятельности, а к тому, сколько он прольет пота, чтобы достичь одинакового со способными людьми результата. Отсюда и предлагается формула способностей:

$$\text{способность} = \frac{\text{успешность}}{\text{трудность}} \quad \text{или} \quad \frac{\text{продуктивность}}{\text{цена}}.$$

При индивидуально-психологическом (дифференцированном) подходе, наоборот, подчеркиваются различия между людьми в их способностях. При этом Б. М. Теплов, будучи приверженцем такой точки зрения, не включал в способности знания и умения. И для этого действительно есть веские основания, которые можно найти в биографиях многих талантливых людей.

Так, у И. Репина и В. Сурикова способности к рисованию проявились уже в возрасте 3–4 лет, еще до того, как их стали обучать живописи. Гайдн стал самостоятельно заниматься музыкой в этом же возрасте тайком от родителей. Великий изобретатель-самоучка Эдисон построил в Нью-Йорке электростанцию, опираясь в основном не на систему знаний, а на интуицию, с помощью метода проб и ошибок. Он не знал даже элементарных законов электротехники. Сообразительность, способность к умственным преобразованиям и творчеству (*креативность*) — вот что присуще способным людям.

Отмеченное различие подходов нашло отражение в ряде семинаров, посвященных проблеме способностей, которые прошли в Москве в середине 1980-х гг. Многим их участникам конфликт между сторонниками различных точек зрения показался надуманным. В действительности же при общепсихологическом подходе утрачивается специфика понятия «способности», оно становится необязательным (вместо него ввполне вероятно говорить о возможности, качестве, даже умении), а сама проблема «размывается», заменяется психолого-педагогическим аспектом обучения и развития человека.

То, что способности не сводятся к полученной подготовке, – очень важная, но далеко не простая сторона дела. Известно, что развитие способностей требует овладения знаниями, умениями, выработанными людьми в ходе общественно-исторической практики. Но можно ли считать, что те новые возможности ребенка, которые возникают благодаря обучению его тем или иным способам обращения с предметами или понятиями, являются усваиваемыми им извне способностями? Например, когда ученик освоил новый способ решения задач или новое понимание каких-нибудь явлений, то означает ли это, что у него появились и новые способности? Если да, то чем они отличаются от новых знаний и умений? Ведь и умения бывают широкими, обобщенными. Различие между способностями и умениями далеко не очевидно. Так, может быть, оно и не является существенным? Может быть, нет надобности различать способности и знания, умения, которым можно научиться?

Необходимость такого различения выступает, однако, каждый раз при рассмотрении индивидуальных различий: здесь уже одним термином «способность» или «умение» не обойтись. Ведь и при одинаковом уровне овладения умениями, при одних и тех же способах действия обнаруживаются различия в темпе освоения нового, в той или иной трате сил и в других особенностях хода учения; эти различия не могут не выступить и в дальнейшем – при применении усвоенного, при последующем продвижении в развитии. Такого рода индивидуальные различия подтверждают тезис о том, что свойства, от которых зависит успешность деятельности (в частности, учебной), не сводятся к имеющейся подготовке: от этих свойств зависит легкость и быстрота самого приобретения тех или иных знаний и умений, что и вызывает надобность в особом термине «способность».

Сказанное означает, что способности не могут быть просто заданы извне. Как ни велико значение для их формирования того, чему можно научить, они обязательно предполагают и внутренние

условия развития, возрастные и собственно индивидуальные, и эти внутренние условия имеют свои природные предпосылки. Поэтому не может быть равенства по способностям: способности всегда несут на себе печать индивидуальности (Н. С. Лейтес, 1985, с. 9).

В связи с этим рассмотрение способностей как специфического психологического (вернее даже — психофизиологического) феномена целесообразно осуществлять с позиций дифференциальной психологии и психофизиологии.

12.2. Личностно-деятельностный подход к рассмотрению способностей

Хотя само понятие «способности», как указывалось выше, введено еще Платоном, раскрытие его научного содержания произошло намного позднее. Подробное изложение истории рассмотрения и изучения способностей можно найти в книге К. К. Платонова (1972). В нашем же пособии будут затронуты лишь современные подходы к изучению этой проблемы, один из которых — тесная привязка способностей к теории деятельности и личности. Теория деятельности объясняет их возникновение, а теория личности — место в структуре личности.

Соответственно способности определяются как *свойства (или совокупность свойств) личности, влияющие на эффективность деятельности.* Это общее определение применяется уже несколько десятков лет, правда, с некоторыми весьма существенными нюансами, касающимися расшифровки первой его половины: какие свойства личности или ее особенности следует включать в способности.

На этот счет существует два мнения. Одни авторы рассматривают в качестве способности какое-либо отдельное свойство, другие — их совокупность. В ряде случаев исследователи бывают непоследовательными, переходя с одной позиции на другую, часто даже не замечая этого, что приводит к неадекватности делаемых выводов.

Представление о том, что способности — это совокупность свойств личности, характерно для А. Г. Ковалева (1965) и К. К. Платонова (1972). Первый под способностями понимает ансамбль или синтез свойств человеческой личности, отвечающих требованиям деятельности, второй — совокупность (структуру) довольно стойких, хотя и изменяющихся под влиянием воспитания, индивидуально-психологических качеств личности, структуру личности, актуализирующуюся в определенном виде деятельности, степень соответствия данной личности в целом требованиям определенной деятельности.

В. Н. Мясищевым и А. Г. Ковалевым (1960) такая постановка вопроса выражена весьма отчетливо; авторы считают, что под способностями надо понимать ансамбль свойств, необходимых для успешной деятельности, включая систему личностных отношений, а также эмоциональные и волевые особенности человека.

Однако целостно-личностный подход страдает существенными недостатками. Во-первых, если признать, что человек обладает несколькими ярко выраженными способностями, проявляющимися в разных по характеру видах деятельности, то нужно будет согласиться, что у него имеется и несколько структур личности. Но как же тогда быть с пониманием таких характеристик последней, как интегральность и целостность?

Речь скорее должна идти при рассмотрении способностей не о структуре личности в целом, а о подструктурах, блоках, которые при выполнении какой-либо деятельности формируются, по П. К. Анохину, в функциональную систему. Тогда становится возможным решать вопрос о способностях и одаренности с позиции системного целостного подхода, как это сделано в работах В. Д. Шадрикова (1982).

Во-вторых, целостно-личностный подход переводит рассмотрение проблемы в иную плоскость, когда осмысливаются уже не отдельные способности, а одаренность, талант (Б. М. Теплов говорил об одаренности как совокупности способностей).

В-третьих, как справедливо отмечает Т. И. Артемьева (1977),

...рассмотрение способностей в широком личностном плане, а также попытка определять способность через личность... переводит саму проблему способностей в область проблем личности... Здесь кроется известная опасность «растворить» способности в психологии личности, потерять собственный предмет исследования.

Далее автор замечает:

Конечно, понять способности можно только в связи с изучением личности, ее особенностей и деятельности. Личность и способности имеют прямую связь, однако это вовсе не означает, что одно может подменяться другим. Каждое из этих понятий имеет свое собственное содержание и специфические особенности (с. 67).

Однако и в случае принятия определений, согласно которым способности представляют собой отдельные свойства личности, остается много неясного. Главное, что не удается разрешить: все ли личностные свойства можно считать способностями, и если не все, то какие попадают под это определение, а какие — нет. Так, В. С. Мерлин (1970) причисляет к способностям свойства индивида и личности, в том числе ее отношение к осуществляемой деятельности и индивидуальный стиль таковой (вероятно, потому, что и то и другое влияет на эффективность деятельности). А. Г. Ковалев и В. Н. Мясищев способностями считают личностные отношения, эмоциональные и волевые особенности человека. К. К. Платонов за способности принимает, в частности, нравственные и правовые отношения личности и в связи с этим говорит о нравственных и правовых способностях.

Б. М. Теплов, возражая против приписывания к способностям любого свойства личности, установил некоторые границы: способностью можно назвать только такое личностное свойство, которое влияет на эффективность деятельности. Однако вполне резонно замечание К. К. Платонова: а существуют ли какие-либо особенности и свойства личности, которые хотя бы косвенно не влияли на эффективность деятельности?

Подобные возражения высказала и Т. И. Артемьева (1977):

С равным успехом в такого рода определениях можно слово «способности» заменить, например, словами «характер» или «эмоции». В конечном счете условием успешного выполнения деятельности является и вся психика человека в целом, и его характер, и те или иные мотивы, и в значительной степени — эмоции человека (с. 71–72).

Неудивительно, что при расширительном толковании любое изменение эффективности деятельности принимается за развитие способностей, а приобретение обучающимися знаний и умений создает иллюзию легкого развития способностей у каждого человека. Следовательно, практически снимается и проблема

отбора: зачем вообще он нужен, если способности можно легко развить (благодаря выработке индивидуального стиля, изменению отношения к работе, за счет приобретения знаний и умений)?

Ошибочность данной точки зрения становится очевидной, если учесть, что приобретение знаний и выработка стиля деятельности зависят от выраженности у человека тех или иных способностей. Например, установлено, что определенный стиль спортивной деятельности выбирается по имеющимся у спортсменов задаткам, способностям и качествам.

Итак, в личностно-деятельностном подходе к способностям остается непроясненным, где же следует проводить черту, которая отделит одни личностные свойства, могущие быть способностями, от тех, которые таковыми быть не могут. Например, В. А. Крутецкий (1968) не относит к ним характерологические черты, активное положительное отношение к деятельности, психические состояния, знания и навыки. Но все же и у этого автора трактовка способностей остается весьма расплывчатой, так как к ним он относит эмоционально-волевые процессы, направленность личности на познание окружающего мира, а не только психические процессы.

Еще одним недостатком личностно-деятельностного подхода к способностям остается то, что внимание обращено только к психическим свойствам и не учитываются физиологические и биохимические, существенно влияющие на эффективность деятельности.

Остановимся теперь на втором основополагающем тезисе сторонников данного подхода, а именно — на тесной привязке способностей к деятельности, т. е. *на представлениях о возникновении (генезе) способностей.*

Эти исследователи рассматривают способности как результат деятельности человека. Еще в 1941 г. Б. М. Теплов писал, что способность не может возникнуть вне соответствующей конкретной деятельности. Через 30 лет с ним согласился К. К. Платонов (1972):

> Вне деятельности их (способностей. — *Е. И.*) вообще не существует... в известном смысле способности можно понимать как отражение деятельности (с. 117).

Таким образом, согласно сторонникам данной точки зрения, деятельность выступает как обязательное условие формирования способностей, как процесс их образования. По этому поводу Т. И. Артемьева замечает, что проблема способностей оказалась органически зависимой от постановки проблемы деятельности. И это не случайно. Принцип деятельности был выдвинут в советской психологии в противовес «буржуазной» науке с ее утверждением о наследуемости и врожденности способностей. Однако невозможность отрицать роль врожденности заставила выдвинуть вопрос о значении деятельности для преобразования врожденных задатков в способности.

Получается, что сторонники деятельностного подхода занимают единственно правильную позицию, при которой все крайние точки зрения (о врожденности либо приобретаемости способностей) объявляются неверными (см., например, книгу Э. А. Голубева, 1993), а за способности принимается некий сплав врожденного с приобретенным. Таким путем, полагают приверженцы данной позиции, преодолевается односторонность биологизаторского пути и предлагается диалектическое понимание природы способностей, удачный синтез социального и биологического в человеке.

Вместе с тем даже сторонник личностно-деятельностного подхода к способностям К. К. Платонов иронизирует над подобными утверждениями, когда пишет, что, заняв эти позиции, ученые надежно застраховались от упреков в «ломброзианстве»», «расизме»» и вообще в солидарности со взглядами буржуазных психологов, абсолютизирующих наследственность способностей. В действительности же это лишь видимое решение противоречий, суть которых заключена *в соотношении между задатками и способностями.*

Под задатками чаще всего понимают анатомо-физиологические особенности мозга (Б. М. Теплов). А. Г. Ковалев и В. Н. Мясищев (1960) поясняют их как физиологические и психологические особенности человека, обусловленные, в частности, индивидуальными особенностями строения мозга. Авторы пишут:

Можно думать, что особенное значение имеют те поля коры головного мозга, которые представляют специфические и характерные для человека новообразования. Можно предположить, что клеточное строение этих полей в затылочной, теменной, височных долях, их относительное развитие, т. е. богатство клеточными элементами, их относительный объем, соотношение в них различных клеточных элементов представляет морфологическую базу как вообще нервно-психических вариаций, так и тех положительных вариантов, которые связаны со способностью и одаренностью (с. 78).

В своих более поздних работах Б. М. Теплов включил в число определяющих способности характеристик типологические особенности проявления свойств нервной системы (силу — слабость, подвижность — инертность, уравновешенность — неуравновешенность). К. К. Платонов относит к задаткам и психические процессы, а А. А. Бодалев (1984) — психические функции, что в принципе одно и то же. Таким образом, набор врожденных компонентов, входящих в число способностей, остается до конца непроясненным.

Однако главное препятствие для понимания сущности способностей состоит не в составе задатков, а в том, *каким образом те превращаются в способности.*

В 1940 г. Б. М. Теплов писал: «Совсем кратко мы можем сказать: способности — это задаток в развитии».

В дальнейшем, однако, он благоразумно отказался от этой формулировки, поскольку выходило, будто способности — это развитые врожденные особенности строения и функционирования мозга, а отсюда недалеко и до признания способностей врожденными, т. е. до смыкания с «буржуазной»» психологией. Не случайно уже в 1948 г. исследователь критиковал представление о врожденности способностей и писал в связи с этим:

Врожденными могут быть лишь задатки, т. е. анатомо-физиологические особенности, лежащие в основе развития способностей, сами же способности всегда являются результатом развития, осуществляющегося главным образом в процессе воспитания и обучения.

Далее он указывал:

Нельзя понимать дело так, что способность существует до того, как началась соответствующая деятельность (с. 431).

Возникает, однако, вопрос: что же это за загадочный продукт деятельности и развития, который, не сводясь, по Б. М. Теплову, к знаниям и умениям, называется способностью? Четкого ответа на него у автора нет, и это послужило поводом для критики его формулы способностей. Так, А. Г. Ковалев и В. Н. Мясищев отмечают: «ничто» не может развиваться, должно быть «нечто», подлежащее разви-

тию в процессе деятельности, обучения и воспитания. Согласно Б. М. Теплову, этим «нечто» являются то задатки, то сами способности. Так, в 1941 г. он отмечал, что врожденными могут быть лишь задатки, которые лежат в основе *развития способностей*. Но если последние не сводятся к первым, то что же они собой представляют, какова их структура?

Нельзя не упомянуть и другое противоречие в высказываниях Б. М. Теплова, которое подметили А. Г. Ковалев и В. Н. Мясищев. С одной стороны, он утверждает, что способности представляют результат развития, а с другой — пишет:

Одним из характерных признаков хороших задатков к развитию какой-нибудь способности является раннее и *притом самостоятельное*, т. е. не требующее специальных педагогических мероприятий, *проявление этой способности* (1948, с. 431).

Оказывается, что способности могут проявляться спонтанно, самостоятельно, без специально организованного развития. Кстати, то же противоречие, облеченное другими словами, существует и у Э. А. Голубевой (1993), которая хотя и отрицает врожденность способностей, тем не менее подчеркивает:

Дифференциальная психология в большей мере решает задачу диагностики и использования *наличных* знаний, умений, навыков на уровне *поведения*, что, конечно, необходимо, но не достаточно. В этом случае способности рассматриваются как состоявшаяся *действительность*, в то время как они являются и *возможностями*, которые на долгие годы, а иногда и навсегда, остаются скрытыми и для самого человека, и для других (с. 18).

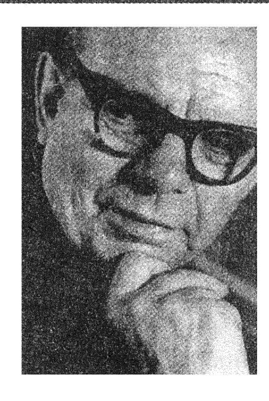
Но если они существуют хотя бы как возможности, значит, для их *появления* деятельность не нужна. И тогда роль таковой сводится к *проявлению* и развитию способностей.

Точка зрения Б. М. Теплова на приобретаемость способностей подверглась критике, как это ни странно, со стороны К. К Платонова. (Вспомним приведенное выше его высказывание о непременной связи способностей с деятельностью.) Он считает, что положение об отсутствии врожденных способностей не просто ошибочно, а методологически неверно. Оно является, по сути дела, замаскированным и неосознанным психофизиологическим параллелизмом. Ведь из отрицания врожденности любых способностей следует, что у появившегося на свет человека существуют возможности дальнейшего развития только нейродинамики, а возможности психических явлений возникнут только тогда, когда ребенок, родившись, попадет в новую для него среду. Это ли не отголосок «теории двух факторов»? — спрашивает К. К. Платонов.

Он считает, что Б. М. Теплов напрасно отказался от тезиса: способности — это задатки в развитии. По его мнению, надо было всего лишь уточнить, что в задатки входят и элементарные психические процессы. Однако с этим утверждением К. К. Платонова трудно согласиться.

Правильный шаг Б. М. Теплова, отказавшегося от своего раннего взгляда, состоит не в том, что способности не бывают врожденными, это задатки не могут выступать в качестве единственного структурного элемента способностей. Известно, что задатком хорошей памяти служит инертность нервных процессов. Включим то и другое в формулу Б. М. Теплова. Получится: хорошая память (как способность) — это инертность нервных процессов в развитии (т. е. еще большая инертность).

Вряд ли кто согласится с подобным определением и пониманием памяти, и прежде всего потому, что основой, например, долговременной памяти являются



Константин Константинович Платонов, доктор психологических и медицинских наук, заслуженный деятель науки РСФСР. Родился в 1906 г. в Харькове в семье врача. В 15 лет он уже работал лаборантом-биологом, а в 20 стал автором книги по биологии, изданной в качестве учебного пособия Наркомпросом Украины. В нем он уделил внимание и зоопсихологии. С 1926 г. начал исследования по психологии труда, социальной и юридической психологии. Одновременно учился в медицинском институте, по окончании которого работал в Забайкалье, затем на Горьковском автозаводе, Челябинском тракторном заводе. За проведенные там исследования в 1936 г. получил ученую степень кандидата медицинских наук без защиты диссертации.

С 1935 г. начал проводить исследования в области авиационной психологии. Опубликовал ряд книг по психологии летного труда. В 1949 г. он первый начал читать в МГУ курс «Психология труда», а по монографии «Вопросы психологии труда» защитил докторскую диссертацию в области психологии. С 1960 г. был сотрудником сектора психологии Института философии АН СССР, затем – сотрудником Института психологии АН СССР. Автор книг по психологии способностей, психологии личности. Им разработана концепция динамической функциональной структуры личности. Большое внимание уделял популяризации психологии. Его книга «Занимательная психология» переведена на 18 языков.

Умер К. К. Платонов 5 сентября 1984 года.

белковые структуры, которые путем своего преобразования закрепляют в мозгу информацию. Другое дело, что переход кратковременной памяти в долговременную осуществляется тем легче, чем дольше сохраняются следы в первой, а это зависит от инертности нервных процессов. Впрочем, инертность — это всего лишь условие закрепления и хранения информации, но она не подменяет память как способность. Кроме того, инертность нервных процессов служит задатком не только памяти, но и других способностей. Наконец, таковые обусловлены и иными задатками. Поэтому *способности являются многокомпонентными образованиями, а задатки могут быть полифункциональными*.

Столь подробный анализ концепции Б. М. Теплова обусловлен тем, что в ней, как в зеркале, отражены многие противоречия, присущие в целом личностно-деятельностному подходу к проблеме способностей. Ведь аналогичное понимание таковых и их генезиса имеется и у других авторов. Например, С. Л. Рубинштейн (1946), касаясь вопроса о соотношении задатков и способностей, писал:

> Развиваясь на основе задатков, способности являются все же функцией не задатков самих по себе, а развития, в которое задатки входят как исходный момент, как предпосылка (с. 640).

Не включая в результат развития накопление опыта (знаний и умений), он не указывает конкретно, что же такого специфичного появляется в процессе, что превращает, как по мановению волшебной палочки, задатки в способности. Правда, в одной из работ С. Л. Рубинштейн говорит о двойственности структуры способностей

> Анализ состава (и структуры) способностей привел нас к выделению в актуальной способности двух компонентов: более или менее слаженной и отработанной совокупности операций-способов, которыми осуществляется соответствующая деятельность, и качества процессов, которыми регулируется функционирование этих операций (*Рубинштейн С. Л.* Бытие и сознание. М., 1976. С. 229).

Но здесь автор противоречит самому себе и тому определению способностей, которое дано им ранее. Ведь совокупность операций и есть умение, а оно, по определению самого исследователя, не должно включаться в способности. Противоречит он себе, говоря, что каждый психический процесс, становясь стереотипным, превращается в способность. Но стереотипизация означает приобретение человеком опыта, формирование навыка задействования той или иной психической функции.

Сходные представления о способностях можно обнаружить также у Н. С. Лейтеса (1970). Автор пишет, что они формируются из обобщенных умений (следовательно, те должны входить в состав способностей). Но тут же утверждает: способности всего лишь зависят от знаний и умений, но не сводятся к ним. С его точки зрения, они формируются и развиваются медленнее, чем приобретаются знания и умения. Но если это так, что же добавляется к последним, чтобы возникла способность?

О том, что способности образуются в процессе деятельности, писал Б. Г. Ананьев (1956):

> Задатки становятся реальными способностями, реализуются, превращаются в действительность только через деятельность (с. 124).

Итак, подведем некоторые итоги рассмотрения проблемы способностей с позиции личностно-деятельностного подхода.

Безусловно положительной является привязка способностей к деятельности как способу их реализации и развития, *превращения в качества* (хотя авторы об этом и не пишут, все приведенные выше цитаты свидетельствуют, что способности понимаются как наличный уровень проявления тех возможностей человека, которые обусловлены не только задатками, но и знаниями и умениями). В свое время эта позиция сыграла положительную роль в борьбе против представлений о способностях как застывшем и неизменном психологическом феномене. Однако сейчас столь тесное увязывание оказалось тормозящим понимание. Представление, что без деятельности нет способностей, вступает в очевидное противоречие с имеющимися фактами. Приняв эту точку зрения, следует отказаться от ряда очевидных истин.

1. Повисает вопрос о наличии способностей у животных (ведь они не проявляют активности в преобразовании окружающей среды, что принято называть деятельностью). Между тем различия в проявлении тех или иных двигательных и психических функций проявляются у разных животных весьма отчетливо: острота зрения орла, обоняние собаки, координированность обезьяны, быстрота бега и прыгучесть многих хищников и т. д. Разве это не доказательство наличия способностей и у животных?
2. Становится неясным, когда появляются способности у детей: только с того момента, когда они начинают осуществлять какую-то деятельность (учиться, заниматься спортом и т. д.)?
3. При таком подходе человек перестает быть носителем способностей от рождения, он оказывается лишь имеющим задатки (ведь способности появляются только в процессе деятельности!).

Следовательно, слишком прямое следование тому тезису, что без деятельности нет способностей, заводит проблему в тупик; тем более, совершенно не рас-

крывается главный вопрос: *как физиологическое (задатки) превращается в психологическое (способности)*. Формула: способность = задатки + загадочный *X*, приобретаемый в процессе деятельности или развития, — не действует. Не имея представления об *X*, психологи оставляют голые задатки. Те становятся как бы листьями без дерева.

Очевидно, шаткость этого положения понимают и сторонники личностно-деятельностного подхода. Так, К. К. Платонов говорит о потенциальных и актуальных способностях и отводит деятельности роль средства по превращению первых во вторые (т. е. средства реализации потенциальных способностей).

Своеобразное «заигрывание» с врожденным фактором в способностях приводит авторов к явным противоречиям. С одной стороны, признается, что одна и та же среда может оказывать различное влияние на людей, а природные особенности человека — влиять на уровень достижений в какой-либо сфере деятельности. С другой, утверждается: решающее значение имеет деятельность как фактор формирования способностей; соответственно влияние природных факторов можно практически не учитывать, поскольку влияние среды, воспитания сильнее.

Последний тезис, широко высказываемый в учебниках по психологии для педагогических учебных заведений, должен внедрить в головы педагогов весьма простую, но опасную мысль: все в их власти. В то же время признание способностей врожденными, наоборот, приводит якобы к осознанию ими своего бессилия перед природой.

В реальности же непонимание природы способностей только вредит педагогу: не зная истинного положения дел, учитель может подумать, что он плохой педагог, если не добивается от учащегося желаемого результата. Без знания природной основы способностей преподавателю трудно оценить истинные возможности учащихся, поскольку результат, показываемый способным человеком, может быть большим, если к тому предъявлять большие требования.

Из сказанного становится ясным, сколь велико практическое значение понимания генезиса способностей, их структуры и сущности, ибо различное толкование приводит и к разным практическим действиям (правильным или неправильным).

12.3. Функционально-генетический подход к рассмотрению способностей

Особенностью этого подхода является рассмотрение структуры способностей с позиции функции и функциональной системы, а возникновения (генезиса) способностей — с точки зрения генетической теории (Е. П. Ильин, 1981, 1987; В. Д. Шадриков, 1982, 1983, 1996).

Представления о сущности и структуре способностей

Рассмотрение вопроса, к чему следует «прикрепить» задатки, чтобы в итоге получить способности (дабы первые могли реализоваться в чем-то конкретном), привело меня к следующему пониманию сущности и состава каждой конкретной способности.

В первом приближении можно сказать, что способности отражают различия между людьми в проявлении ряда функции (сюда, естественно, не входят вегетативные функции, связанные с дыханием, пищеварением и т. п.). Говорят о пер-

цептивных, аттенционных, мнемических, интеллектуальных, двигательных функциях. Но каждая из них характеризуется определенными свойствами (качественными сторонами). Например, внимание характеризуется интенсивностью, устойчивостью, переключением и прочими свойствами; движение — силой, быстротой, точностью и т. д. Поэтому точнее будет сказать, что способности — это не просто различия в выраженности той или иной функции, а *различия в степени проявления этих свойств (качественных сторон функции) у разных людей.*

Уровень проявления каждой качественной стороны определяется задатками, причем чем большее число таковых, способствующих проявлению какой-либо из сторон функции, имеется у данного человека, тем выраженнее оказывается данная способность.

Отсюда следует, что различия между людьми проявляются не в том, есть ли у конкретного человека эта функция или же ее нет (любой здоровый человек обладает полным набором функций), и не в том, есть ли у него та или иная характеристика функции (плохо ли, хорошо ли, но все могут концентрировать внимание, проявлять силу и т. д.), а в различном уровне проявления этих характеристик у разных людей. Поэтому с точки зрения дифференциальной психофизиологии нельзя говорить, что функция сама по себе и есть способность (хотя в общей психологии именно так и считается). Ведь еще Б. М. Теплов писал: никто не станет говорить о способностях там, где речь идет о свойствах, в отношении которых все люди равны. Соответственно под способностями понимают *яркое* проявление свойства какой-либо психофизиологической функции, т. е. дают *качественную* характеристику ее проявления.

Вообще-то правильнее было бы говорить о разной степени выраженности какой-либо способности (высокой — низкой), а не об отсутствии ее у того или иного человека. Ведь уровни проявления функции и обусловливающих его задатков — это континуум, а не дискретные величины. Обоснованность подобного суждения применительно к таким задаткам, как типологические особенности проявления свойств нервной системы, показана в главе 4; они есть у каждого человека, но выражены в разной степени.

К сожалению, и в отношении этих задатков применяется тоже качественная их оценка. Например, говорят о сильной и слабой нервной системе, подвижности и инертности нервных процессов, как будто это разные свойства нервной системы. В действительности же это *разная выраженность одного и того же свойства.* Человек с сильной нервной системой обладает большей выраженностью свойства, чем имеющий слабую нервную систему; инертный отличается от подвижного лишь меньшей быстротой исчезновения нервного процесса и т. д. Строго говоря, *нет людей без какой-либо способности, но есть люди со слабовыраженными способностями. Эти люди при их качественной (сравнительной!) оценке называются неспособными, т. е. не обладающими возможностями добиться в чем-то высокого результата.*

Следует обратить внимание, что задатки — лишь усилители проявления качественной стороны функции (свойства), но не замена ей. Устранив задатки, мы не ликвидируем функцию и ее качественные проявления, однако придем к беспредметному разговору о способностях. Не упоминая же функцию и ее проявления, превратим задатки в «листья без дерева»: им не в чем будет проявиться. В связи с этим соотношение между способностями и задатками, образно говоря, такое же,

как между платьем и фасоном: первого не бывает без второго, но фасон — это еще не платье.

Сторонником функционально-генетического подхода к способностям является и В. Д. Шадриков. Он рассматривает их как индивидуальные качества, включенные в систему деятельности (качества психических процессов и моторики).

При таком понимании в роли способностей и выступает психическая функция в определенном качественном выражении. Вместе с тем В. Д. Шадриков подчеркивает, что под функцией он подразумевает не «отправление той или иной ткани», а работу целостной функциональной системы. В связи с этим он считает, что способности — это характеристики продуктивности функциональных систем, реализующих тот или иной психический процесс (восприятие, память, мышление и т. д.). Данное определение он распространяет и на двигательные (психомоторные) способности.

Под задатками В. Д. Шадриков понимает свойства элементов, образующих функциональную систему и влияющих на эффективность ее функционирования. При этом состав и природу задатков он пока не раскрывает, хотя и говорит о нейронах и нейронных цепях как специальных задатках, а типологические особенности свойств нервной системы и соотношения между полушариями головного мозга относит к общим задаткам. По мнению исследователя, задатки не развиваются в способности, а формируются. Согласно его представлениям, и те и другие представляют собой свойства: первые — функциональных систем психических процессов, вторые — компонентов этих систем. Соответственно способности являются системными качествами.

Очевидно, что основные положения В. Д. Шадрикова связаны с привязкой способностей к функциональным системам, каждая из которых формируется для осуществления определенной функции. Именно поэтому он считает, что способности целесообразно соотносить с психическими функциями. Состав первых, по его мнению, тоже весьма узок и ограничивается психическими процессами и психомоторикой. Таким образом, В. Д. Шадриков придерживается функционального, а не личностного подхода к рассмотрению способностей.

Представления о возникновении (генезисе) способностей

Особенностью функционально-генетического подхода к способностям выступает признание их генетической обусловленности, врожденности. Такая идея, как уже отмечено, высказывалась еще Платоном, Х. Уарте, Ф. Бэконом, Дидро (1935), И. Прохазкой (G. Prochaska, 1820), Ф. Гальтоном (1868) и др.

Представление о врожденности и генетической обусловленности способностей разделяли многие мыслители и философы и в нашей стране, начиная с А. Н. Радищева. После выделения психологии в самостоятельную науку вопрос о врожденном характере способностей (и одаренности) стал обсуждаться не менее остро. Об этом писали В. Штерн (1910), Э. Мейман (1917), А. Ф. Лазурский (1921). Однако затем в нашей стране эта точка зрения фактически была запрещена.

В то же время в зарубежной психологии в связи с изучением интеллекта способности рассматривались двояко: и как врожденные, и как приобретенные. Это нашло отражение, например, во взглядах Р. Кеттелла (R. Cattell, 1971), делившего интеллект на «кристаллизованный» и «подвижный» («текучий»). Первые (логи-

ческое мышление, счет, знания и пр.) зависят от тренировки, образования, приобщенности к культуре. Вторые (скорость восприятия и обработки информации) обусловлены генетически.

В последние десятилетия в нашей стране стали появляться отдельные работы, авторы которых вновь заговорили о врожденных способностях.

Так, В. С. Фарфель (1976), один из немногих физиологов, занимавшихся проблемой двигательных качеств и способностей, считал, что под последними надо понимать свойства индивида, прямо и непосредственно определяемые наследственностью. О врожденности общих элементарных способностей писал К. К. Платонов. В. Д. Шадриков (1982) считает, что уже при рождении ребенок обладает определенными способностями — генотипа. Правда, он, как и К. К. Платонов, говорит также о способностях фенотипа, которые образуются в результате развития генотипических способностей. Примыкает к этим точкам зрения и мнение генетика Н. П. Дубинина (1977), считающего, что наследственное разнообразие людей не касается высших проявлений психики человека, его интеллектуальных способностей. Однако здесь возникает вопрос: насколько мышление отражает способности, а насколько — умение совершать мыслительные операции, умственную деятельность. Не принимаются ли за способности умения, знания? Генетик Д. К. Беляев (1982) указывает, что признание генетической основы должно касаться всех способностей, если речь идет именно о них.

По мнению Г. Айзенка (1972), интеллектуальные способности являются врожденными (за критерий ума он принимает быстроту умственных процессов и решения интеллектуальных проблем), но при этом в определенной степени и развиваемыми. И хотя специальные тренировки увеличивают быстроту мышления, автор отмечает: кто быстро решает легкие задачи, так же справляется и с трудными, и соответственно делающие это медленно столь же медленно решают задачи большей сложности.

Правда, выбранный им критерий ума нельзя признать единственным, потому что он есть и у так называемых «тугодумов». Один из крупнейших ученых нашего времени датчанин Нильс Бор соображал очень медленно и с огромным напряжением. Не блистал он и памятью. Однако это не помешало ему стать великим физиком и философом XX в. Следовательно, существующий в общеобразовательной школе подход к оценке способностей и успеваемости по быстроте выполнения умственных заданий не может считаться адекватным.

Г. Айзенк приводит ряд примеров, показывающих ограниченность влияния среды на проявление интеллектуальных способностей. «Коэффициенты интеллектуальности» (*IQ*) взрослых людей, которые когда-то, сразу после рождения, были усыновлены и никогда не общались со своими биологическими родителями, были сравнены с аналогичными коэффициентами как биологических, так и приемных родителей. Оказалось, что умственные способности приемышей соответствуют способностям родивших их людей, а не усыновивших.

Аналогичные результаты получены и при проведении исследований в детских домах, куда дети поступали сразу после рождения. Условия там для всех воспитанников одинаковые, и, несмотря на это, интеллектуальные способности детей были столь же различными, как и у тех, которые воспитывались в своих семьях.

Разрешение вопроса о том, обусловлены ли способности генетически (врожденные ли они), связано, конечно, не только с мнениями того или иного ученого,

но главным образом с наличием фактов, подтверждающих определенную точку зрения. Такие сведения возможно, например, получить благодаря близнецовому методу, т. е. сравнив выраженность различных процессов психики у моно- и дизиготных близнецов, а также у сибсов (однояйцовых, двуяйцовых близнецов и детей одних и тех же родителей, которые не являются близнецами). Генетическая основа сильно выражена у первых, слабее — у вторых, совсем слабо — у третьих. Следовательно, если выраженность той или иной функции у однояйцовых близнецов одинаковая (что устанавливается путем корреляции), значит, эта функция генетически обусловлена, что и было установлено во многих исследованиях.

Р. Николс (R. Nichols, 1978) обобщил данные 211 близнецовых исследований, выполненных разными авторами, касавшихся когнитивных способностей (табл. 12.1).

Таблица 12.1

Средние величины внутрипарной корреляции, полученные при близнецовых исследованиях специальных способностей

Специальные способности	Монозиготные	Дизиготные	Количество исследований
Вербальная понятливость	0,78	0,59	27
Математические	0,78	0,59	27
Пространственное представление	0,65	0,41	31
Память	0,52	0,36	16
Логическое рассуждение	0,74	0,50	16
Беглость речи	0,67	0,52	12
Дивергентное мышление	0,61	0,50	10
Точность	0,70	0,47	15
Успешность в усвоении языка	0,81	0,58	28
Успешность в изучении социальных дисциплин	0,85	0,61	7
Успешность в изучении естественных дисциплин	0,79	0,64	14
Все способности	0,74	0,54	211

Из данных таблицы следует, что роль генетического фактора в проявлении различных когнитивных способностей очевидна, хотя и не исключает влияния факторов среды.

Генетическая обусловленность психомоторных способностей также показана с помощью близнецового метода. Например, результаты «Теппинг-теста» были более схожими у монозиготных близнецов (И. Фришайзен-Келер [I. Frischeisen-Kohler, 1933]). По моим данным, волевой компонент выносливости также высоко коррелирует у близнецовых пар.

О связи способностей с типологическими особенностями свойств нервной системы, т. е. с врожденными задатками, речь пойдет ниже (см. 13.5).

Признание врожденности и генетической обусловленности способностей (что в принципе не одно и то же) позволяет утверждать, что они существуют *до деятельности*, и поэтому нет необходимости связывать их возникновение только с ней. Человек, таким образом, становится от рождения носителем не только задатков, но и способностей.

А. Анастази (1982) показала, что ряд способностей довольно высоко коррелирует у однояйцовых близнецов и значительно меньше — у двуяйцовых. Особую ценность представляет сравнение первых из них, которые воспитывались врозь, в разной социальной среде. И в этом случае А. Анастази обнаружила довольно высокую корреляцию (Kr = 0,77) между выраженностью у пар близнецов одних и тех же способностей. Подробные сведения о результатах изучения уровня общего, вербального и невербального интеллекта у моно- и дизиготных близнецов приводятся в книге В. Н. Дружинина «Психология общих способностей» (1999), глава 4. Общий вывод автора состоит в том, что на уровень интеллекта, особенно общего и невербального, сильное влияние оказывает генетический фактор, который усиливается с возрастом.

Генетическая обусловленность кратковременной зрительной, слуховой, тактильной памяти показана В. Ф. Михеевым (1978), свойств внимания — В. И. Глуховой и А. Л. Воробьевой (1974), В. Д. Мозговым (1978); скоростных способностей и аэробной выносливости — В. М. Зациорским и Д. П. Сергиенко (1975), а также В. Б. Шварцем (1978); статической выносливости — Е. П. Ильиным (1999). Имеются данные и о зависимости от генотипа относительной мышечной силы, гибкости, прыгучести.

В то же время отмечается некоторая противоречивость получаемых при обследовании близнецов результатов, что может быть обусловлено двумя обстоятельствами. Во-первых, сказывается наслаивание опыта, приобретаемого человеком в течение жизни. На вероятность этого указывают данные одного из экспериментов, проведенных отечественными психологами.

Разведенным в две группы близнецам-малышам предложили интересное занятие: складывать из кубиков различные фигуры. Задания были одинаковыми, но в одной группе ребятам для ориентировки давали рисунок-схему, а во второй малыши должны были полагаться на свое воображение. Когда спустя месяц дети получили другое контрольное задание — собрать незнакомую фигуру без помощи рисунка, близнецы из первой группы не смогли справиться с ним, так как их творческие способности развивались не очень эффективным способом. А близнецы из второй группы это задание выполнили. В результате измерялись уже не генотипические, а фенотипические характеристики обследуемых, т. е. качества и умения вместо способностей.

Очевидно, не случайно В. Д. Мозговой установил, что с возрастом (от 10 до 50 лет) связь функций внимания с генотипом ослабляется; что, судя по всему, происходит из-за смены способов выполнения предлагаемых при тестировании заданий.

Во-вторых, часто исследователи сравнивают проявление у близнецов не столько функции, сколько умения (особенно этим грешат исследования по изучению двигательных способностей: сравнивают бег на лыжах, прыжки и метания, ловкость, быстроту овладения двигательными действиями). Конечно, умения

зависят от способностей, но не являются их прямыми измерителями. Они вырабатываются путем упражнений и, как уже было сказано, не могут считаться способностями. Показательны в этом плане данные В. Ф. Михеева: в то время как образная несловесная память находится под сильным влиянием генотипа, словесно-логическая такого воздействия почти не испытывает, так как речь и умение логически мыслить формируются в процессе жизни, обучения.

Итак, решение спора о том, являются ли способности врожденными или нет, зависит от включаемого в их состав. Если под способностями понимать уровень проявления тех или иных сторон (свойств) функций, обусловленный только врожденными задатками, — это одно, а если под способностями подразумевать любые возможности человека или интегральную характеристику возможностей — совершенно другое. Вряд ли следует отрицать, что человек рождается с элементарными психическими и психомоторными функциями. Если учесть, что и задатки, определяющие уровень проявления различных характеристик (свойств) этих функций врожденные (это также показано в исследованиях близнецов), нужно будет признать: способности (в узком, а не общепсихологическом толковании этого понятия) являются врожденными. Если же под способностями понимать эффективность деятельности, обусловленную знаниями, умениями, качествами, то о врожденности говорить не приходится.

Поэтому критика К. К. Платоновым взглядов Б. М. Теплова, отказавшегося от утверждения о врожденном характере способностей, прозвучала несколько странно: ведь он сам включал в их состав такие качества человека, которые воспитываются, в частности нравственные. Между тем автор очень близко подошел к пониманию способностей с точки зрения функционально-генетического подхода. Так, он считал элементарные психические процессы врожденными, но рассматривал их в качестве задатков способностей.

В пользу врожденности способностей и таланта свидетельствуют многие факты. Например, при одинаковом для разных людей упражнении все равно остаются различия между ними в максимальном проявлении тех или иных функций. Кроме того, известны случаи очень раннего обнаружения способностей в детском возрасте, когда ни упражнения, ни обучения еще не было, о чем говорилось выше. Показательны и результаты тестирования умственного развития живущих на Аляске эскимосских детей, не получивших образования и сталкивающихся с трудными условиями арктической пустыни. Уровень их умственного развития (интеллект) намного превысил таковой у некоторых групп образованных и благополучных европейских детей.

Правда, надо иметь в виду, что раннее проявление признаков способностей не всегда означает талант. На это обращает внимание Н. С. Лейтес в своих многочисленных работах.

> Нередко умственный подъем происходит за счет возрастных факторов, не имеющих долгосрочного значения. Например, раннее бурное словесное развитие позволяет блистать только в дошкольные и младшие школьные годы; постепенно другие ученики догоняют в дальнейшем в словесном развитии. Столь же недолговечны и преимущества, даваемые ранними успехами в вычислениях: они не определяют дальнейшего продвижения в математике (В. А. Крутецкий, 1968). В других случаях достоинства мышления ребенка выступают главным образом в свободном оперировании абстрактными понятиями, а также схемами, планами; но возрастающие требования к конкретному, содержательному анализу таких детей затрудняют; факты показывают, что сама по себе ранняя готовность к словесно-

формальному манипулированию понятиями, создающая видимость высокого умственного потенциала, недостаточна для успешного развития познавательных способностей. Особую категорию составляют случаи, когда с возрастом происходит падение интереса к воспринимаемому и к обдумыванию – общее ослабление умственной активности и усилий по ее саморегуляции. Указанные трудности развития во многом связаны с возрастными сдвигами, выражают сложность соотношения возрастного и индивидуального.

По имеющимся материалам о детях с ранним умственным развитием, наиболее перспективен такой подъем интеллекта, который несет в себе и некоторую направленность, черты самоопределения, т. е. сочетается с укрепляющейся с годами склонностью к определенным областям занятий (Н. С. Лейтес, 1985, с. 15–16).

Психофизиологическая природа способностей

До недавнего времени проблема способностей рассматривалась в основном психологами. Это дало повод Т. И. Артемьевой (1977) ратовать за создание чисто психологической теории способностей, а А. А. Бодалеву (1984) написать, что способностями обозначают образования *в психике* человека. Нерациональность этой точки зрения очевидна. Ведь даже сторонники личностно-деятельностного подхода не могли обойти стороной врожденные анатомо-физиологические задатки, связанные с особенностями строения и функционирования мозга. Уже это заставляет говорить о способностях как о психофизиологической проблеме.

Еще очевиднее такая необходимость, когда рассматриваются двигательные способности. Так, способность к длительной циклической работе (бег, плавание, езда на велосипеде и т. п.), т. е. аэробная выносливость, во многом определяется уровнем кислородного обеспечения организма (МПК), который, как показано В. М. Зациорским и Л. П. Сергиенко, В. Б. Шварцем и др., генетически обусловлен. Кроме того, в числе задатков, обусловливающих двигательные способности, входят не только типологические особенности свойств нервной системы (т. е. физиологические характеристики протекания нервных процессов), но и морфофункциональные особенности строения мышц, в частности соотношение в них быстрых и медленных мышечных волокон, которое тоже генетически обусловлено. У выдающихся спринтеров и прыгунов количество быстрых мышечных волокон достигает 90%, а у марафонцев — только 15%.

Итак, почему же важен функционально-генетический подход к способностям?

1. Нет необходимости объяснять, каким же таким загадочным образом физиологическое (задатки) превращается в психологическое (способности), поскольку способности понимаются как целостное интегральное психофизиологическое образование.
2. Нет необходимости привязывать способности только к деятельности: становится очевидным, что они могут проявляться и развиваться и в жизнедеятельности (в быту), и в игре.
3. Одна и та же способность может развиваться в различных сферах и видах деятельности (поэтому, например, и возможна профессиональная подготовка средствами физической культуры или развитие способностей в психотренинге).
4. Функционально-генетический подход устраняет пропасть, образовавшуюся между возможностями человека и животных в результате увязывания способностей только с деятельностью людей. Животные обладают боль-

шинством функций и психических процессов, присущих и человеку. У них имеются те же, что и у него, задатки (в частности, типологические особенности свойств нервной системы). Следовательно, есть основание говорить и о способностях животных.

5. Привязка способностей к функциям (психическим и психомоторным) ограничивает сферу практического задействования этого понятия, открывая путь для дифференцированного рассмотрения и развития возможностей человека. Например, для педагогики имеет существенное значение, что в данном случае проявляется у учащегося — опыт, приобретенный ранее, или способности, от чего зависит оценка обучаемого, прогноз его будущих успехов. Как тут не вспомнить слова В. Белинского, который в одном из писем отмечал: «Чтобы написать в наше время несколько строк, не уступающих в звучности и великолепии некоторым строфам Ломоносова, нужно одно — умение и навык, а в то время, в каком жил Ломоносов, для этого нужен был талант» (*Белинский В. Г.* Письма. Т. III. С. 184).

Признание врожденности и генотипической природы способностей не означает фатальной предопределенности профессиональных успехов или неуспехов человека. Способности составляют только часть его возможностей, а успех определяется и волевыми качествами, мотивацией, социальной средой. Но и недооценивать роль способностей не следует. Можно согласиться с академиком Д. К. Беляевым, замечающим, что врожденные различия в способностях людей есть реально, независимо от нашего сознания существующий факт. Ему надо не удивляться (и тем более — тревожиться), а полнее использовать во благо человека и общества.

ГЛАВА 13

Способности и одаренность

В этой главе читатель узнает, чем отличаются такие понятия, как «способность» и «одаренность», «способность» и «качества»; есть ли общие и специальные способности; как способности связаны со склонностями; какова роль деятельности в проявлении и развитии способностей и одаренности; можно ли компенсировать отсутствие одной способности другой.

13.1. Одаренность

Долгое время «одаренность» считалась синонимом «способности». Однако, по мнению С. Л. Рубинштейна, которое он высказал еще в 1935 г., она определяется комплексом свойств личности. И этому есть ряд веских доказательств. Одна из газет поведала о биологе, который опубликовал научный труд, включавший обширную библиографию — 300 названий, которую он продиктовал машинистке по памяти и без единой ошибки. Однако незаурядная память не сделала этого биолога незаурядным ученым.

А. Р. Лурия (1968) в течение многих лет исследовал феноменальную память одного газетного репортера. Опыты показали, что этот репортер мог моментально запомнить и повторить громадные по длине ряды слов и чисел в прямом и обратном порядке и начиная с любого звена этих рядов. Он воспроизводил их без всякого труда через месяц, год и даже через шестнадцать лет после запоминания. Но во всех других отношениях репортер был заурядным человеком, сменил за свою жизнь много профессий, но так ничего в ней и не добился.

Б. М. Теплов (1941) тоже понимал одаренность как совокупность способностей. При этом он считал, что они не просто сосуществуют, но приобретают иной характер в зависимости от наличия и степени развития друг друга. Это качественно новое образование, а не сумма энного числа способностей. Однако такое образование остается, согласно Б. М. Теплову, чисто психологическим.

По его мнению, своеобразие понятий «одаренность» и «способности» обусловлено тем, что они рассматриваются сквозь призму деятельности, успех которой ими обеспечен. Поэтому, как писал автор, нельзя говорить об одаренности вообще, а только об одаренности в какой-нибудь конкретной деятельности.

Итак, отечественные психологи считают:

▶ **Одаренность** – это сочетание ряда способностей, обеспечивающее успешность (уровень и своеобразие) выполнения определенной деятельности.

А. Холодная (1990) выделяет шесть типов интеллектуально одаренных людей:

1) с показателем общего интеллекта более 135–140 единиц;

2) с высоким уровнем академической успешности;
3) с высоким уровнем развития творческих интеллектуальных способностей — показателей быстроты порождения идей и их оригинальности;
4) с высокой степенью успешности в выполнении тех или иных видов деятельности;
5) с экстраординарными интеллектуальными достижениями;
6) с экстраординарными интеллектуальными возможностями, связанными с анализом, оценкой и предсказанием событий обыденной жизни людей.

Выделяются следующие особенности одаренных индивидов:

- сочетание яркого воображения с вниманием к деталям при объективной проверке идей;
- способность к нестандартному восприятию;
- интуиция, изобретательность, бессознательный разум;
- дивергентное мышление;
- любознательность;
- мужество;
- воображение;
- конкретность мышления;
- смелость;
- эстетическая чувствительность.

Несколько иные подходы к интеллектуальной одаренности у западных психологов. Согласно одним авторам, она представляет результат взаимодействия трех характеристик: способностей выше среднего, вовлеченности в задачу (наличия сильной мотивации) и креативности. Важна положительная Я-концепция, ощущение себя способным выдавать новые идеи, теории, создавать нечто новое или же находить неизбитые решения проблем. При этом выдающиеся успехи достигаются в том случае, если названные выше характеристики проявляются в определенной деятельности.

Согласно другим авторам, возможность достижения исключительного успеха является результатом взаимодействия пяти факторов: двух факторов интеллекта, индивидуально-психологических способностей, характеристик окружения и случайности.

Западные психологи различают несколько видов одаренности: общая интеллектуальная; специфическая академическая; творческая: художественное и исполнительское искусство; психомоторная; лидерская; социальная.

Интеллектуальная одаренность характеризуется интеллектом «выше среднего». Она обеспечивает возможность творческой интеллектуальной деятельности, связанной с созданием субъективно и объективно новых идей, использованием нестандартных подходов в разработке проблем, чувствительностью к ключевым, наиболее перспективным линиям поиска решений в той или иной предметной области, открытостью любым инновациям. Выявлена корреляция между одаренностью и жизнеспособностью (в показателях активного долголетия).

Рассмотрение *двигательной (физической) одаренности*, проявляемой в спортивной деятельности и в ряде видов трудовой, заставляет учесть проявление в ней

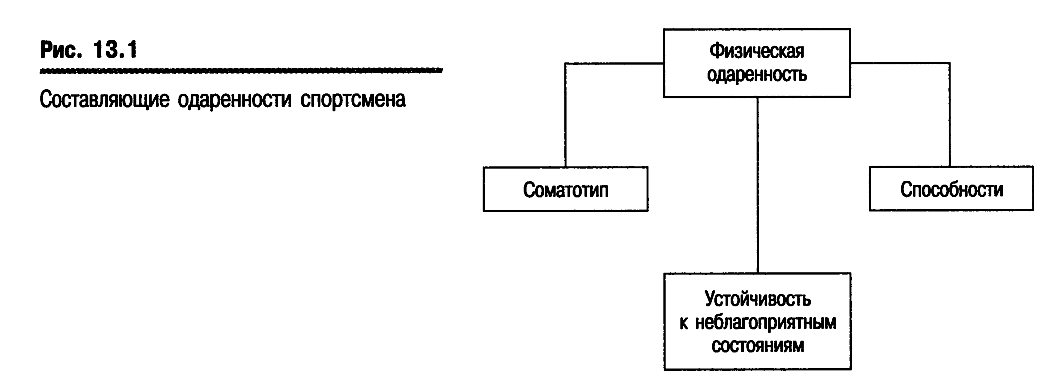


Рис. 13.1

Составляющие одаренности спортсмена

психофизиологических и морфологических особенностей человека, приобретающих еще большее значение, чем в двигательных способностях и качествах. Успешность деятельности спортсмена подчас прямо зависит от его антропометрических особенностей, предопределенных генетически (например, роста в баскетболе, волейболе; типа телосложения в гимнастике, фигурном катании и т. д.; рис. 13.1). Так, какими бы двигательными способностями ни обладал человек (силой, резкостью движений), без большого веса и роста в метании высоких результатов ему не достичь. И наоборот, небольшой вес и рост являются важными компонентами одаренности гимнаста.

Исходя из сказанного, двигательную одаренность можно определить как *сочетание врожденных антропометрических, морфологических, психологических, физиологических и биохимических особенностей человека, однонаправленно влияющих на успешность какого-либо вида деятельности.* Следовательно, проблема одаренности, как и способностей, является психофизиологической.

Следует подчеркнуть два обстоятельства. Во-первых, все компоненты, входящие в структуру одаренности, должны составлять целостную функциональную систему, содействовать друг другу. Чем больше таких компонентов у человека, тем он более одаренный. Наличие одной (или даже нескольких) способностей без антропометрических задатков или существование последних, но без способностей, не делают человека одаренным к физической, спортивной деятельности. Исключение составляет интеллектуальная, где одаренность — это совокупность психических способностей, не зависящих от строения тела.

Во-вторых, антропометрические особенности могут влиять на успешность деятельности прямо (например, давая преимущество в росте при игре в баскетбол) и опосредованно, сказываясь на проявлении способности (например, длина конечности определяет длину рычага, от которой зависит прилагаемое к спортивному снаряду усилие).

Социологические исследования показали, что одаренные люди составляют сравнительно небольшую часть населения (эти данные колеблются от 2,5 до 20%). По тестам на выявление общей одаренности или креативности данные несколько выше: талантливая часть населения составляет около 20% (Хавингерст, 1958) (А. М. Матюшкин, Д. А. Сиск, 1988, с. 90).

Одаренность, талант и гениальность. По поводу соотношения между этими понятиями существуют разные точки зрения (А В. Либин, 2000). Ряд авторов

рассматривают одаренность лишь как природную основу способностей, подчас низводя ее до задатков и связывая с общим фактором способности к творчеству.

Талант (от греч *talanton* — «вес, мера», затем — «уровень способностей) одними психологами отождествляется с одаренностью, другими рассматривается как высокий уровень развития способностей, прежде всего *специальных*. При этом считается, что результаты деятельности талантливого человека должны отличаться *оригинальностью*, принципиальной новизной и направляться потребностью в творчестве. Такое мнение сложилось под влиянием того, что признаки таланта у людей отмечаются в детстве именно тогда, когда дело касается искусства и математики. Однако вряд ли это справедливо по отношению к таланту, проявляемому в двигательной деятельности.

Талантливый (одаренный) спортсмен может считаться таковым не по результатам творчества, а по уровню и качеству исполнения действий и деятельности, носящих даже рутинный характер (например, в циклических видах спорта — беге, плавании, гребле и т. д.). Да и талант, проявляемый при изучении иностранных языков, также не связан с творческой активностью человека.

Б. М. Теплов полагал, что талант многосторонен, и этому утверждению, казалось бы, есть доказательства. Как известно, многие поэты (М. Лермонтов, В. Жуковский, К. Хетагуров, М. Волошин) неплохо рисовали. Грибоедов сочинял музыку, Шаляпин сам создавал эскизы костюмов тех драматических героев, которых ему предстояло играть. Но назвать их выдающимися художниками, композиторами пока никто еще не решился. А каким «художником» был А. С. Пушкин, и говорить не приходится. Можно лишь заметить, что одаренные в каком-то виде творчества бывают не лишены некоторых других творческих способностей, но не более того.

Гениальность рассматривается со времен И. Канта как высшая степень одаренности, творческих проявлений человека, выражающаяся в продукте, имеющем историческое значение для жизни общества, науки, культуры. Гений, ломая устаревшие нормы и традиции, открывает новую эпоху в своей области деятельности. Признается, что гениальность непредсказуема, не поддается никаким схемам и измерениям.

> Попытки понять уникальность гения сродни попыткам понять неповторимость человеческой индивидуальности... Гений – это не просто = одаренность + талантливость. Простые арифметические уравнения неприменимы к оценке сложных систем. Гениальность можно понять, лишь обратившись к интегральному анализу ее носителя – индивидуальности того человека, который считается гением (А. В. Либин, 2000, с. 347).

Отмечается связь таланта с особенностями личности. Л. Б. Богоявленская (1983) даже говорит о некоем симптомокоплексе, благоприятствующем развитию таланта. В него входит, например, стремление выйти за пределы нормативной активности.

Для проявления и развития одаренности (таланта, гениальности) требуется высокая работоспособность, самоотдача человека, устойчивая мотивация (направленность личности), овладение знаниями и умениями в специальной области деятельности.

Учитывая это, делаются попытки отделить одаренность и талант, гений, приняв во внимание данное от природы и его реализацию. Тогда одаренность — это

удачное сочетание разных способностей, а талант и гениальность — *проявление* высокого уровня одаренности в чем-либо. «Уникальные» произведения, по мнению ученых, создаются благодаря уникальным способностям и *полной самоотдаче*. Последний компонент соответствует мнению многих гениев и талантов о причинах своего успеха.

Исаак Ньютон говорил, что гений есть терпение мысли, сосредоточенной в известном направлении. Когда его спрашивали, каким образом ему удалось открыть законы классической физики, он отвечал: «Я все время думал об этом». Знаменитый художник Винсент Ван Гог писал своему брату, что занятия живописью не такое уж мудреное дело, нужно лишь усердие и некоторое владение ремеслом.

Исследования показали, что наиболее талантливые — индивиды, неудовлетворенные своими результатами, способные к саморазвитию, которые под влиянием новых требований неустанно занимаются самообразованием, перестраивают свое мышление.

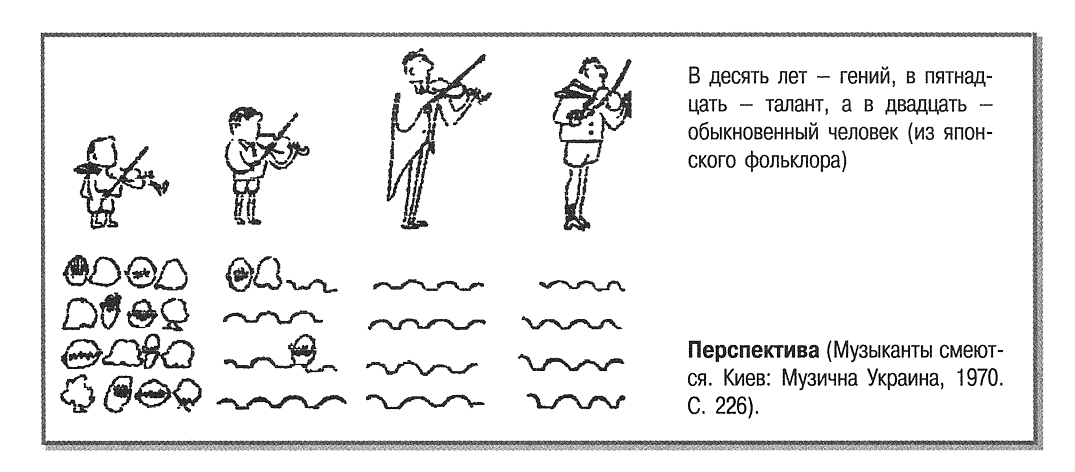
> Гений – это человек, который знает о своем выдающемся таланте и все же продолжает работать (академик *А. Крыжановский*).

Заслуживает внимания высказывание выдающегося отечественного пианиста Г. Нейгауза: хотя гениев и таланты создать нельзя, можно создавать культуру, и чем она шире и демократичнее, тем легче произрастают таланты и гении. Это к вопросу о том, какую роль играет социальная среда в реализации таланта.

Ряд ученых отстаивают точку зрения, что талант и гениальность обусловлены наследственностью. Для доказательства приводятся родословные выдающихся представителей науки и искусства. Так, прабабушка Л. Н. Толстого — Ольга Трубецкая — и прабабушка А. С. Пушкина — Евдокия Трубецкая — были родными сестрами. Пять выдающихся немцев — поэты Шиллер и Гельдерлин, философы Шеллинг и Гегель, физик Макс Планк состояли в родстве: у них был общий предок — Иоганн Кант, живший в XV в. Нельзя, однако, не обратить внимания на то, сколько потомков этого Канта не проявили себя талантами на протяжении четырех столетий после него. Поэтому названное созвездие выдающихся немцев скорее свидетельствует о природной случайности их таланта, а не о наследственной его обусловленности, тем более что свой талант они проявляли в разных сферах: поэзии, философии, физике.

Врожденность таланта и гениальности не следует путать с наследственностью, о чем нередко заявляется в психологической и научно-популярной литературе. Талант и гениальность не передаются по наследству, иначе талантливые люди рождались бы только у талантливых же родителей, и все их дети были бы таковыми. Однако они появляются на свет и у вовсе не талантливых родителей, причем из многих детей в семье таланливыми могут стать один-два ребенка. Например, из 16 композиторов Бахов гением признан только Иоганн Себастьян; из всех братьев Толстых выдающимся стал только Лев Николаевич; из 14 (а по некоторым сведениям — даже из 17) братьев и сестер Менделеевых гениальным признан лишь Дмитрий Иванович; из 3 братьев Павловых — только Иван Петрович. Тот же факт, что в роду Бахов было 26 человек с музыкальными способностями, возможно, связан с их воспитанием в музыкальной среде, с развитием их способностей родителями.

Да и меткое народное высказывание о том, что природа чаще всего отдыхает на детях, подтверждает истину: талант если и наследуется, то незначительно. Так,



В десять лет – гений, в пятнадцать – талант, а в двадцать – обыкновенный человек (из японского фольклора)

Перспектива (Музыканты смеются. Киев: Музична Украина, 1970. С. 226).

исследование приемных детей, усыновленных при рождении, показало: их умственные способности более соответствовали тем, какие отмечались у биологических родителей, нежели у приемных. Однако относительное сходство по этим способностям между детьми и биологическими родителями наблюдалось не всегда и резко уменьшалось с возрастом.

...Выражения «одаренные ученики», «выдающиеся дети» – весьма условные. Этими терминами (применительно к умственной сфере школьников) обозначают учеников с необычно ранним умственным подъемом, с яркой выраженностью тех или иных специальных умственных свойств, с признаками благоприятных предпосылок развития научного таланта. Но поскольку речь идет о детях, все эти характеристики имеют значение только чего-то предварительного: проявившиеся особенности могут не получить ожидаемого развития, остаться нереализованными (Лейтес Н. С., 1988, с. 106).

Возможность достичь выдающихся результатов обусловлена не только высокой природной работоспособностью, но и мотивационными факторами и имеющимися у человека условиями проявить свой талант. А возникновение таковых часто бывает делом случая. Поэтому нередко талант обнаруживается в довольно позднем возрасте. Так, одна женщина, до поры до времени ничем не примечательная, выйдя на пенсию, занялась рисованием. Сейчас ее картины охотно покупают музеи и частные коллекционеры. Или другой пример. Один из грузчиков одесского порта до 40 лет участвовал в художественной самодеятельности, пока его голос не был замечен одним из московских музыкальных педагогов. Через два года бывший грузчик пел уже как солист Большого театра.

13.2. Об «общих» и «специальных» способностях и одаренности

В психологии и педагогике весьма распространено представление об общих и специальных способностей и одаренности. К первым относят те, что отвечают требованиям сразу многих видов деятельности (например, интеллектуальные способности). Специальные же соответствуют требованиям только конкретной деятельности (например, художественные способности, наличие певческого голоса). Начало таким представлениям положено Ч. Спирменом (см. ниже «Двухфактор-

Рис. 13.2

Модель Спирмена

ная теория способностей Ч. Спирмена»). Им была предложена двухфакторная теория интеллекта, дальнейшее развитие которой привело ученого к созданию иерархической модели: помимо факторов *G* и *S* он выделил групповые факторы интеллекта, занявшие промежуточное положение в иерархии факторов интеллекта по уровню их обобщенности (рис. 13.2).

Несмотря на стройность и правдоподобность предложенной Ч. Спирменом модели, осталось неясным, что конкретно представляет собой фактор *G*. Отсюда появились многочисленные попытки наполнить его более конкретным содержанием. В результате его место стали занимать то мотив, то внимание, то быстрота переработки информации.

Б. М. Теплов, а за ним и Д. Н. Завалишина (1991) связывают общие способности с более общими условиями ведущих форм человеческой деятельности, а специальные — с отдельными видами деятельности. Правда, некоторые ученые считают, что четкую грань между общими и специальными способностями провести трудно и это деление довольно условно (К. К. Платонов).

Двухфакторная теория способностей Ч. Спирмена

Ч. Спирмен занимался проблемами профессиональных способностей (математических, литературных и прочих). При обработке данных тестирования он обнаружил, что результаты выполнения многих тестов, направленных на диагностику особенностей мышления, памяти, внимания, восприятия, тесно связаны: как правило, лица, успешно выполняющие тесты на мышление, столь же успешно справляются и с тестами на прочие познавательные способности, и наоборот, испытуемые, показывающие низкий результат, плохо справляются с большинством тестов. Спирмен предположил, что успех любой интеллектуальной работы определяют: 1) некий общий фактор, общая способность; 2) фактор, специфический для данной деятельности. Следовательно, при выполнении тестов успех решения зависит от уровня развития у испытуемого общей способности (генерального фактора *G*) и соответствующей специальной способности (*S*-фактора). В своих рассуждениях Ч. Спирмен использовал политическую метафору. Множество способностей он представлял как множество людей – членов общества. В обществе способностей может царить анархия – способности никак не связаны и не скоординированы друг с другом. Может господствовать «олигархия» – успешность деятельности детерминируют несколько основных способностей (как затем полагал оппонент Спирмена – Л. Терстоун). Наконец, в царстве способностей может править «монарх» – *G*-фактор, которому подчинены *S*-факторы.

G-фактор определяется как общая «умственная энергия», которой в равной мере наделены люди, но которая в той или иной степени влияет на успех выполнения каждой конкретной деятельности.

Исследования соотношений общих и специфических факторов при решении различных задач позволили Спирмену установить, что роль *G*-фактора максимальна при решении сложных математических задач и задач на понятийное мышление и минимальна при выполнении сенсомоторных действий (Дружинин В. Н. 1999, с. 25).

Имелись и противники такого подхода, отрицающие наличие общей основы интеллекта. Они полагали, что успешность интеллектуальной деятельности определяется взаимодействием многих отдельных факторов. Среди этих ученых выделяется Л. Терстоун, выделивший 12, как он считал, самостоятельных интеллек-

туальных факторов. Однако дальнейшие исследования показали наличие между ними положительных связей, что свидетельствует в пользу наличия общего *G*-фактора.

Р. Кеттелл (R. Cattell, 1971) выделял три вида интеллектуальных способностей: общие, парциальные и факторы операций. Среди первых он выделил «связанный» и «свободный» («текучий») интеллект. Первый вид интеллекта определяется совокупностью знаний и интеллектуальных умений, приобретенных в ходе жизни, и, с точки зрения Б. М. Теплова и его последователей, не может рассматриваться как способность. Второй по своим характеристикам близок фактору *G* Спирмена, но имеет тесные связи со «связанным» интеллектом.

Применительно к интеллекту эти и подобные им модели, совмещающие врожденные способности и приобретенные знания и умения, в теоретическом плане не могут вызывать возражений (другое дело, насколько каждая из них соответствует реальности). Однако они имеют малое отношение к способностям и одаренности, если под ними понимать генетически обусловленные возможности человека.

С. Л. Рубинштейн (1946) выделяет общую и специальную одаренность. Первая соотносится с более общими условиями ведущих форм человеческой деятельности, вторая — с требованиями специальных ее видов. При этом общая одаренность существует не сама по себе, а проявляется благодаря специальным способностям (правда, неясно, как это конкретно происходит).

Отсутствие четкости в этих представлениях С. Л. Рубинштейна заставило Б. М. Теплова уточнить ряд моментов. Он отметил:

> Было бы более точным говорить не об общей и специальной одаренности, а об общих и специальных моментах в одаренности, или еще точней — о более общих и более специальных моментах... Решительно во всякой одаренности есть и общее и особенное. Поскольку в различных формах деятельности имеются общие моменты, постольку можно говорить и об «общей одаренности» в широком смысле, как об одаренности к весьма широкому кругу деятельностей. Но нет никакого научного смысла в таком понятии одаренности, которое включает в себя только общие признаки... Метафизический разрыв между понятием общей и специальной одаренности проявляется не только в том, что общая одаренность рассматривается до предела абстрактно, как «общее без особенного», но и в том, что из понятия «специальная одаренность» в свою очередь тщательно изгоняются все общие признаки (1985, с. 33–34).

Эти критические замечания, я полагаю, следует отнести и к пониманию «общих» и «специальных» способностей. Конечно, любая деятельность предполагает необходимость мыслить, но это не значит, будто разные интеллектуальные способности у каждого человека одинаково развиваются и применяются в различных видах интеллектуальной деятельности. Ум математика и шахматиста разный, как и ум политика и ученого, хотя нечто общее, конечно, есть. Различают практический и теоретический ум, поскольку один «силен» в житейских делах, но не может похвалиться успехами в умственном труде на работе; другой, наоборот, успешен как ученый, но «глуп» в бытовом отношении.

Более общее и более специальное в способностях

Умственные способности человека называются общими (в отличие от специальных способностей, например к музыке, рисованию, спорту). В самом деле, свойства ума проявляются очень широко, в различных видах деятельности (всюду требуются, например, внимание, а также сравнение, анализ, планирование и т. д.), в этом смысле они и являются общими, т. е. общими для самых разных заня-

тий. Но является ли ум чем-то единым: умный человек – одинаково умный во всем или же умный в одном может быть неумным в другом? Применительно к школе: ученик способный будет блистать в любом учении или этот ученик может быть в некоторых отношениях и неспособным? Противоположные, казалось бы, мнения, сопоставляемые при такой постановке вопроса, не исключают полностью друг друга: правильный ответ будет не в выборе между ними («или–или»), а в понимании относительности каждой из крайних точек зрения. Дело в том, что умственные способности у одного и того же лица могут иметь вполне определенные характеристики, проявляющиеся очень широко, и одновременно – на таком фоне – и некоторые характеристики в более узкой сфере, имеющие более частное значение; при этом более общие и более специальные моменты неразрывно связаны между собой.

...Успехи ученика в каких-нибудь видах занятий могут достигаться и при отсутствии особых предпосылок для этого (за счет достаточно высокого общего интеллекта). Но с возрастом специализация умственных свойств чаще всего усиливается. Таким образом, уже применительно к детям нужно учитывать сложность структуры интеллекта: наличие более общих и более специальных моментов, то или иное соотношение между которыми может иметь важное значение для дальнейшего (Н. С. Лейтес, 1988, с. 101–102).

То же касается и двигательных способностей. Например, специалисты в области спорта разделяют общую и специальную выносливость. Казалось бы, наличие первой должно означать, что человек проявит большую выносливость при осуществлении любой работы. Однако практика и эксперименты этого не подтверждают. Например, по данным М. Н. Ильиной (1974), между разными видами выносливости существуют довольно слабые корреляции, а то и вовсе отсутствуют. Кроме того, определение «общей» выносливости как проявляемой человеком при работе умеренной интенсивности, само по себе уже свидетельствует, что это выносливость только к работе определенного типа. Наконец, биохимические исследования показывают: между аэробными биохимическими (являющимися основой «общей» выносливости) и анаэробными процессами (служащими основой кратковременной интенсивной работы) существуют антагонистические отношения, поэтому, развивая выносливость в беге на длинные дистанции, не разовьешь скоростную выносливость, а развивая последнюю, не разовьешь первую.

Принято также говорить о проприорецептивной чувствительности («темном мышечном чувстве», по И. М. Сеченову) как единой способности. Однако исследования (Е. П. Ильин, 1976) показали, что это отнюдь не так (кроме того, и само понятие «проприорецептивная чувствительность» употребляется совершенно неадекватно). Опыт изучения этой «чувствительности» убеждает: в качестве самостоятельных простых способностей необходимо рассматривать ряд проприорецептивных функций, которые указаны в табл. 13.1.

Таблица 13.1

Перечень и классификация проприорецептивных функций

Функции	Параметры движений и порядковые номера функции		
	Пространственные	Силовые	Временные
Оценка	1	2	3
Отмеривание	4	5	6
Воспроизведение	7	8	9

Окончание табл. 13.1

Функции	Параметры движений и порядковые номера функции		
	Пространственные	Силовые	Временные
Дифференцирование:			
возрастающего параметра	10	11	12
убывающего параметра	13	14	15
Абсолютная чувствительность	16	—	—

Корреляции между проприорецептивными показателями, характеризующими пространственную и силовую точность движений по перечисленным функциям, встречались очень редко (в 12–20%).

Аналогичные данные получены и относительно параметров скорости. Так, В. М. Зациорский (1966) не обнаружил корреляции между быстротой движений, их частотой и временем реакции.

В связи с этим надо признать правомерность мнения В. С. Фарфеля, что каждая двигательная способность специфична, конкретна в своем проявлении. Но раз специфичны все способности, то пропадает необходимость говорить об общих и специальных (способностях или качествах).

Еще в большей мере проявляется специфичность в одаренности. При этом у разных людей последняя отличается не только уровнем, но и качеством (индивидуальностью).

Несмотря на правомерность дифференцированного подхода к способностям и одаренности, важно не впасть в другую крайность. Стратегия поиска только частного, специфичного, без попытки установить то общее, что может заключаться в различных способностях, будет ошибочной как в теоретическом, так и в практическом плане.

Экспериментальные исследования в сфере спорта показывают, что в проявлении двигательных способностей и качеств имеются более общие и более частные компоненты. Например, Ф. Генри и др. (F. Henry, W. Lotter, L. Smith, 1962) с помощью факторного анализа установили наличие общего «фактора скорости» для различных видов времени реакции.

Для всех видов выносливости общим компонентом, как показано М. Н. Ильиной, служит способность поддерживать волевое усилие на фоне наступившего утомления (терпеливость). Не столь общим, но также проявляющимся в нескольких видах выносливости оказывается компонент, связанный с медленными мышечными волокнами; МПК (максимальное потребление кислорода) — такой же менее общий компонент, связанный с выносливостью при длительной работе умеренной и малой интенсивности.

Многокомпонентный состав способностей показан во многих исследованиях, в частности — применительно к музыкальным, где четко прослеживается вертикальная структура более частных и более общих компонентов (Д. К. Кирнарская, 1988; Ю. А. Цагарелли, 1981, 1989).

Соответственно принципиальная схема вертикальной структуры двигательной способности (и качества) может быть представлена иерархической совокупностью общих, менее общих и частных компонентов (рис. 13.3). В конечном итоге

каждая способность, в чем-то сходная с другими, все же неповторима по своей структуре (за счет частных компонентов), т. е. специфична.

> В области искусства и математики признаки таланта обнаруживаются у людей в раннем детстве. Например, у Моцарта музыкальный талант проявился уже в 3 года, у Гайдна – в 4. Талант живописца у Рафаэля стал заметен в 8 лет, у Ван Дейка – в 10. Известный русский художник К. Брюллов поступил в Академию художеств в 9 лет. А. С. Пушкин стал сочинять стихи с 8, Н. А. Некрасов – с 9 лет. Выдающийся физик А. Ампер и математик К. Гаусс проявили свои способности в 4 года.
>
> Однако отсутствие ранних склонностей и достижений не свидетельствует об отсутствии таланта. Писатели В. Скотт, И. А. Гончаров, С. Аксаков, биологи Л. Пастер и К. Линней, математик Н. Н. Лузин проявили свою одаренность относительно в позднем возрасте.

Признание наличия как общих, так и специфичных компонентов каждой способности и одаренности не может служить основанием для наблюдающейся тенденции обозначать способности по виду деятельности, которую они «обслуживают». Например, говорят о научных, педагогических, летных, спортивных способностях и т. д. (К. К. Платонов, 1972; Н. В. Кузьмина, 1985; В. А. Крутецкий, 1968). Это отголосок суждения, что способности формируются только в конкретной дея-

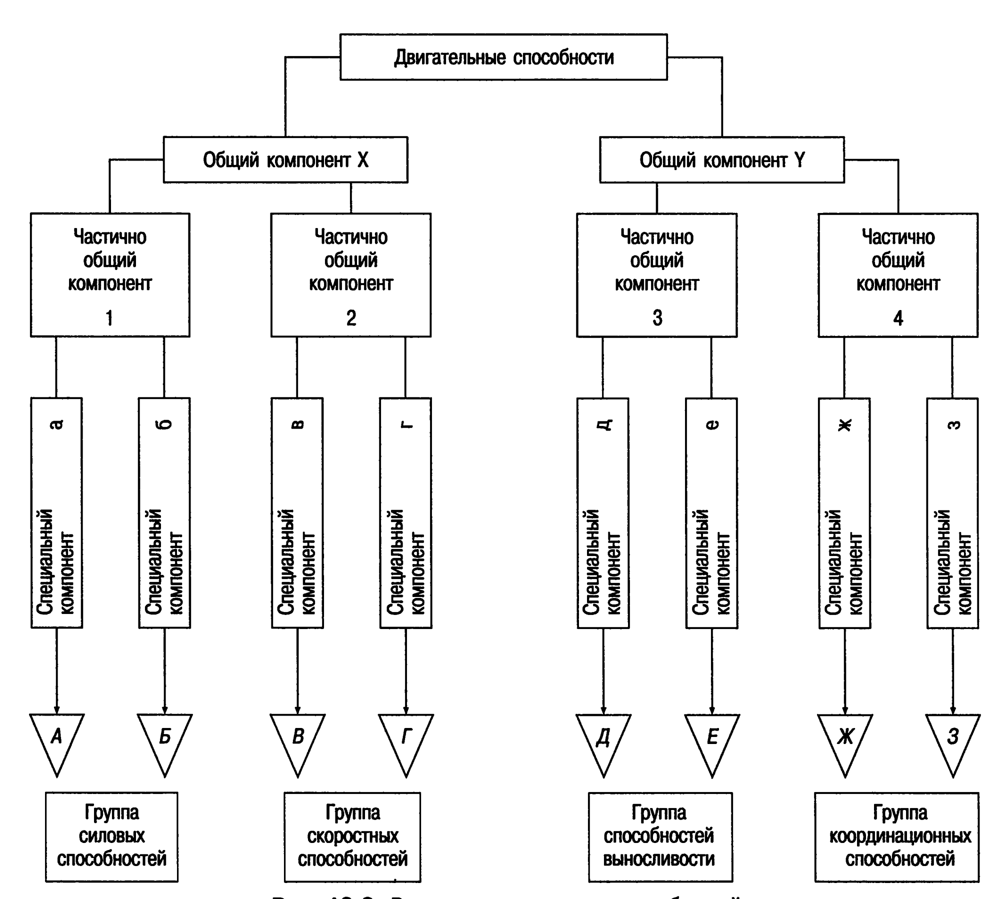


Рис. 13.3. Вертикальная структура способностей

тельности. Вместе с тем очевидно: имеющиеся у летчика способности пригодились бы и диспетчерам, шоферам, спортсменам и вообще там, где требуются распределение и переключение внимания, оперативное мышление и пр. Поэтому совершенно справедливо Б. М. Теплов и В. Д. Шадриков подчеркивают *полифункциональность* способностей, т. е. включенность их в различные виды деятельности. В то же время можно говорить о музыкальной, литературной, художественной (к рисованию) одаренности человека, т. е. соотносить ее с видами деятельности.

13.3. Связь способностей и одаренности со склонностью к определенному виду деятельности

Способности человека к определенному виду деятельности часто сопровождаются наличием у него склонности к тому. Однако традиционно склонность, как и другие психологические понятия, определяется исследователями по-разному.

По словам В. Н. Мясищева (1962), склонность часто понимают как *направленность*, но последняя не только не получает своего определения авторами, использующими это понятие, но нередко сама толкуется через «склонность». Например, С. Л. Рубинштейн (1946), Б. М. Теплов (1941), Н. С. Лейтес (1950), разделяя «интерес» и «склонность», считают, что первый — это направленность на познание, а вторая — направленность на деятельность. Наоборот, в «Психологическом словаре» (1983) *интерес* включен в состав *склонности*. Там дается такое определение:

- **Склонность – любое положительное, внутренне мотивированное отношение (влечение, интерес и пр.) к какому-либо занятию. Психологическую основу склонности составляет устойчивая потребность личности в определенной деятельности, когда привлекательными оказываются не только достигаемые результаты, но и сам процесс деятельности (с. 342).**

Не случайно в монографии К. К. Платонова рассматривается вопрос о связи способностей и потребностей. Следовательно, склонность можно понимать не только как направленность (*предпочтение*), но и как *стремление* к какому-либо занятию. Таким образом, в ней есть как содержательно-оценочная сторона (отношение к чему-либо), так и динамическая, побудительная (стремление что-то делать), «тяга» — по удачному выражению Н. С. Лейтеса.

> В концепции индивидуально-психологических различий Б. М. Теплова существенное и еще недостаточно оцененное значение имеют развивавшиеся им, в связи с изучением способностей, представления о склонности как направленности на занятие определенной деятельностью, как о личном отношении к деятельности. По определению Б. М. Теплова, «склонность – это тенденция заниматься какой-нибудь определенной деятельностью» (1954, с. 220). Такая индивидуальная особенность, ее возникновение и развитие рассматривались им в неразрывной связи с формированием других индивидуальных особенностей, и прежде всего способностей человека.
>
> ...Понятно, что не всякое занятие может быть притягательным для личности, а только такое, которое встречает внутренний отклик. Нередко деятельность может нравиться своими результатами, приносимой ею пользой, тем, какое общественное признание она дает. Но подлинная склонность означает расположенность и к самому процессу деятельности, когда работа не просто средство достижения каких-нибудь целей, но и сама по себе становится привлекательной. «В основе возникновения... склонностей, – писал Б. М. Теплов, – лежат потребности» (там же, с. 220).

Деятельность по склонности может быть отнюдь не легкой и не во всех своих частях приятной, и тогда человек проявляет настойчивость, волю, готовность пожертвовать чем-нибудь ради успеха деятельности и самой возможности заниматься ею. В удовлетворении, получаемом от деятельности, обычно неотделимы значение приближения к желаемым результатам и непосредственное удовольствие от многого из того, с чем приходится иметь дело, от самого применения своих сил.

Различия между людьми по склонностям выступают прежде всего в том, сформировалась ли вообще склонность и какова ее сила. Велики различия по широте склонностей: у одного человека склонностей может быть несколько и самых разных, у другого – только одна. Склонности могут быть разной продолжительности и разной степени осознанности. Та или иная склонность может занимать очень разное место в устремлениях личности: от несущественного до самого главного, придающего смысл жизни. У одного и того же человека могут существовать склонности разного уровня.

Индивидуальная быстрота становления и смены склонностей, та или иная широта их в некоторых отношениях – при прочих равных условиях – обусловлены и чертами темперамента: живость или медлительность, большая или меньшая нервная выносливость придают определенное своеобразие тому, как формируются и проявляются склонности.

...Разумеется, когда речь идет о формировании склонностей, первостепенное значение имеют индивидуальные различия в самом уровне развития личности, с ее умственным кругозором, волей, чувствами, вкусами, отражающими социальное бытие человека.

Особенно глубокая, органическая внутренняя связь, как на это обращал внимание Б. М. Теплов, существует между склонностями и способностями. ...Склонности – это стремления, способности – это возможности, они имеют общие корни, между тем и другим – подлинная взаимосвязь (Н. С. Лейтес, 1976, с. 45–46).

Чем обусловлена связь способностей со склонностями. В большинстве случаев психологи ограничиваются констатацией связи способностей со склонностями. При этом понимание ее весьма разнится. В качестве крайних и противоположных точек зрения укажем представления А. Ф. Лазурского, отождествлявшего эти два понятия (с ним согласен и К. К. Платонов, писавший, что склонность к труду и учению сама по себе является способностью), и точку зрения Б. М. Теплова, допускавшего возможность независимого развития склонностей и способностей и даже противоречия между ними на разных этапах развития.

...Тяга ребенка к умственной нагрузке, творческие устремления, умственная изобретательность – признаки повышенных способностей. Но что произойдет с этими особенностями в ходе дальнейших возрастных изменений, сохранятся ли они и получат дальнейшее развитие как устойчивые индивидуальные особенности? Несомненные признаки способностей могут оказаться по преимуществу возрастными, недолговечными. Поэтому когда речь идет об умственных достижениях ребенка, о темпе его развития, преждевременно судить о них как о способностях в собственном смысле слова. Выражение «способности» применительно к детям; в сущности, условное выражение, оно служит для обозначения особой психологической реальности – предпосылок способностей, где индивидуальное еще недостаточно отличимо от возрастного.

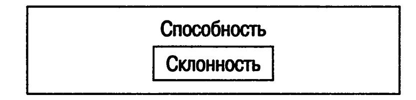
...Ранние пристрастия к некоторым видам занятий (по преимуществу к математике, к технике) оказывались действительными предвестниками будущих достижений. Но все же чаще происходит как бы выравнивание темпа развития таких детей, и тогда обнаруживается, что их способности не представляют собой чего-либо особенного. Накапливаются данные для своего рода типологии случаев затухания ярких умственных проявлений у рано развившихся детей (Н. С. Лейтес, 1985, с. 15).

Отмечая единство склонностей и способностей (но не их тождество!), В. Н. Мясищев писал, что взаимосвязь между ними означает не только их единство, но и причинно-следственную взаимозависимость, обеспечивающую психическое раз-

витие по спирали. Соответственно, соотношения между ними можно представить таким образом.



Однако далее он указывает, что основным и стойким внутренним условием склонности является способность. Тогда схема соотношения между способностями и склонностями к определенной деятельности должна принять другой вид.



Если же принять точку зрения К. К. Платонова, согласно которому любая склонность (или стремление) входит в соответствующие способности, то схема будет соответствовать соотнесению части (склонности) к целому (способности).

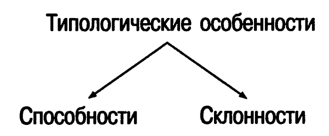
Склонности ⟷ Способности

Однако из этих схем видно только то, что способности и склонности связаны друг с другом определенным образом, но непонятны причины такой связи, тех «общих корней», о которых пишет Н. С. Лейтес.

Изучение причин выбора различных видов спорта в связи с типологическими особенностями свойств нервной системы, с одной стороны, и связи способностей с типологическими особенностями — с другой, позволило установить: лица, обладающие определенными типологическими особенностями, имеют способности к данному виду спортивной деятельности и склонность заниматься им. Склонность эта подкреплялась объяснениями обследуемых, какого рода работа была им по душе, к чему они более склонны. Оказалось, что в большинстве случаев это соответствовало психологическим особенностям выбранного ими вида спортивной деятельности. Такое совпадение наблюдалось не только у опытных спортсменов, но и у новичков. Например, среди предпочитавших интенсивную кратковременную работу и выбравших занятия спринтом, чаще всего встречались люди со слабой нервной системой, дающей преимущество в быстродействии. Среди прыгунов на лыжах, где требуется, кроме всего прочего, смелость, среди новичков преобладали лица с сильной нервной системой, в значительной степени обусловливающей это волевое качество.

Таким образом, полученные в многочисленных исследованиях данные показывают: на природную склонность к тому или иному виду деятельности оказывают сильное влияние типологические особенности проявления свойств нервной системы. Поэтому лица с подвижностью нервных процессов склонны к разнообразной по содержанию деятельности, что и привело их в спортивные игры; ригидность лиц с инертностью нервных процессов обусловили их склонность тщательно отрабатывать детали выполняемых действий. Для последней группы людей более комфортной оказывается ситуация предсказуемости, не требующая принятия срочных решений, что и предопределило выбор ими определенных видов спорта (например, спортивной гимнастики). Склонность лиц с сильной нервной

системой к риску привела многих из них к занятиям прыжками на лыжах с трамплина и т. д. Конечно, в каждом конкретном случае выбор вида спорта мог определяться еще и другими причинами, но выявленная тенденция весьма отчетлива. И в соответствии с ней схема соотношений между способностями и склонностями должна принять следующий вид.



Итак, способности и склонности связаны между собой не прямо, а опосредованно, через типологические особенности. Они сосуществуют параллельно друг другу (но не раздельно!), если обусловлены природными задатками человека.

Судя по данным, полученным Э. А. Голубевой с сотрудниками (1993), сказанное выше относится и к предпочтению интеллектуальных видов деятельности. Так, школьники с высокой и низкой активированностью центральной нервной системы проявили различный интерес к тем или иным занятиям: вторые более склонны заниматься техникой, а первые — сферами, связанными с «природой», «человеком», художественным творчеством. Не случайно, как пишет Н. С. Лейтес (1977), выдающиеся в интеллектуальном отношении дети стремятся реализовать умственные усилия, поскольку у них имеется потребность в интеллектуальной активности[1].

Потребности в активности определенного вида как *латентные состояния напряжения* нуждаются в соответствующей разрядке, что при активизации состояний и проявляется в склонности. Однако та только на первых этапах выступает как безотчетное стремление. Затем, по мере получения удовлетворения (удовольствия) *от процесса* выполнения избранной деятельности, она становится более осознаваемой, «обрастает» другими мотиваторами, которые в сознании человека превращаются в действующие «мотивы» (объяснения, почему он выбрал для занятий данный вид деятельности). Не понимая до конца истинную причину склонности, человек трактует свой выбор положительным отношением к этой деятельности («нравится»), и ему этого достаточно.

Причины расхождения между склонностями и способностями. Как отмечает В. Н. Мясищев, несоответствия между способностями и склонностями могут быть двух видов:

- при наличии склонности недостаточно выражена способность;
- при наличии способности не выражена склонность.

Первая ситуация особенно часто проявляется, когда речь идет о двигательных способностях. Обусловлено это тем, что они зависят не только от типологических особенностей свойств нервной системы, но и от физиологических (вегетативных и биохимических) процессов, от особенностей строения мышц, связочного аппарата и т. п. Поэтому при отсутствии таковых типологические особенности, сильно

[1] В связи с этим можно понять серьезность шутки поэта М. Светлова, который сказал: «Человек, не наделенный талантом, если в одном не удалось, займется чем-нибудь другим. У талантливого нет выбора» (*Игин И.* Улыбка Светлова. Л., 1968. С. 3).

влияя на склонность, не смогут в такой же степени обеспечить проявление способности к деятельности, выбранной по склонности.

Первый вариант расхождения склонностей и способностей возникает, как отмечает В. Н. Мясищев, из-за захваливания ученика при недостаточно выраженных способностях, которые не развились должным образом потому, что чрезмерные похвалы породили у учащегося самоуверенность, снизили его усердие.

Еще одной причиной расхождения между способностями и склонностями по первому варианту может стать социальная обусловленность выбора деятельности. Так, К. К. Платонов отмечает, что наблюдавшиеся им случаи такого несовпадения были вызваны тем, что один человек овладение летным делом считал своим партийным долгом (он был политработником в летной части), другой же (научный работник) видел в этом путь к научным исследованиям в авиации и т. д. Правда, в приведенных примерах вряд ли можно говорить о склонностях к летному делу. Скорее — о социальных мотивах.

Создает видимость наличия первого варианта и то, что нередко склонность отождествляется с *предпочтением* определенного рода занятий. Предпочтение как сознательный выбор может быть следствием моды на профессию, ее престижности в обществе, т. е. социально обусловлено. Тогда кажется, что профессия выбрана по склонности. В этом случае выбор осуществляется человеком без учета своих способностей, что и приводит к расхождению между ними и предпочтением (псевдосклонностью).

> ...Ученики с резко выраженной избирательностью своих устремлений, с проявлениями особых возможностей в относительно специальной области, в условиях общеобразовательной школы во многих случаях отнюдь не встречают понимания и сочувствия. По отношению к таким ученикам забота педагогов, да и старших в семье бывает направлена прежде всего на то, чтобы они хорошо учились по всем предметам. Неравномерность проявления интеллекта, выраженность предпочтений и явную неодинаковость успехов в разных видах занятий нередко рассматривают как недостаток или каприз школьника, как бы забывая, что могут быть действительно разные способности к разным занятиям и что существуют специальные дарования в той или иной области (Н. С. Лейтес, 1988, с. 99).

Решение вопроса о соотношении склонностей и способностей нередко сводится к определению соотносимости интереса к деятельности и способностей. И хотя рядом авторов интерес понимается как склонность, все же это не тождественные явления. Склонность ближе к влечению, в котором человек осознает объект того, но не понимает его причину. В случае же с интересом как отношением человек понимает, почему его заинтересовал данный объект.

Следовательно, объединение разных психологических феноменов — влечения и интереса — как склонность, что наблюдается у В. Н. Мясищева, представляется не совсем удачным, пусть даже и то и другое, по словам автора, пробуждает дремлющие силы, мобилизует трудоспособность, побуждает к поискам основания деятельности.

Второй вариант соотношения склонностей и способностей (способности есть, а склонности нет) скорее следует рассматривать как *утрату склонности* вследствие потери интереса к деятельности из-за неправильного обучения (его монотонности, чрезмерных требований, предъявляемых к ученику) или появления сильного интереса (возможно, по чисто внешней привлекательности) к другой деятельности.

13.4. Роль деятельности в проявлении и развитии способностей и одаренности

Критика личностно-деятельностного подхода к способностям не означает, что деятельность не играет никакой роли в проявлении и развитии способностей и одаренности человека. Наоборот, она весьма многообразна и выступает условием проявления способностей и одаренности, а также условием их развития.

> Е. А. Корсунский в докторском диссертационном исследовании («Развитие литературных способностей школьников». М., 1993) использовал как собственные многолетние наблюдения за людьми, проявившими способности к литературному творчеству (вербальную креативность) в раннем детстве, так и анализ автобиографий писателей. Опрос 137 писателей показал, что они отмечают особую роль наставника и подражания на раннем этапе литературных занятий...
>
> Эти данные совпадают с предположениями М. Арнаудова о том, что литературная одаренность поэта зависит от литературных способностей матери, талант которой есть лишь слабая степень таланта сына. Литературными склонностями обладали матери Гете, Бернса, Ламартина, Вазова и многих других поэтов и писателей. Неизвестно, однако, что здесь играет роль: генетика или раннее подражание.
>
> Е. А. Корсунский отмечает наличие почти у всех наблюдавшихся литературно одаренных детей сильного и яркого воображения, речевых способностей и чувства формы. Творческие способности проявляются, как правило, рано, в 5 лет. Обычно дети начинают сочинять, неожиданно для себя и для других, сказки и стихи. Подражание творческим образцам как этап перехода от наивного творчества к творчеству «взрослому» наступает в 8–15 лет – и в произведениях юных авторов пропадают творческие элементы (новизна, оригинальность). Но к 16–17 годам творческие элементы появляются вновь...
>
> Самый интересный вывод автора звучит следующим образом: развитие вербальной памяти и высокий уровень интеллекта препятствуют проявлению оригинального литературного творчества в подростковом возрасте, а отсутствие богатого воображения, проявляющееся в раннем детстве (по крайней мере, с 3–5 лет), впоследствии не компенсируется ничем (В. Н. Дружинин, 1999, с. 232–233).

Деятельность как условие проявления способностей и одаренности. Способности чаще всего, а одаренность — только так — проявляют себя в деятельности. Поэтому их рассмотрение в связи с деятельностью не только оправданно, но и необходимо (при условии, если эту связь не доводить до абсурда, т. е. считать, что вне деятельности способностей нет). Кроме того, существует еще и жизнедеятельность, также связанная с активностью человека и с проявлением в ней способностей. Например, жизнь в современном городе требует, чтобы проявились свойства внимания, быстроты реакции и т. п. Однако деятельность — наиболее адекватный способ обнаружения человеком его способностей и одаренности.

Особо следует подчеркнуть роль деятельности (в широком смысле — активности) *для созревания функций* центральной нервной системы в раннем постнатальном периоде, чему имеются многочисленные подтверждения в возрастной физиологии и психологии — наблюдения за детьми, росшими в неблагоприятных условиях. Деятельность, несомненно, важна для развития и реализации способностей.

Деятельность как условие развития и реализации способностей. В отличие от зарубежных психологов, в большинстве своем считающих, что способности как генетически обусловленные образования не изменяются в течение жизни, отечественные специалисты отстаивают взгляд на изменяемость способностей как

в сторону прогресса, так и регресса. Это положение стало аксиоматичным, не требующим доказательств. Недаром А. Н. Леонтьев писал, что у человека нет никаких способностей, кроме способности к развитию (хотя точнее было бы сказать, что имеется потенциальная возможность к развитию).

В действительности же доказать это не так просто. Ведь способности измерить нельзя, поэтому мы не знаем их исходный уровень. Измеряем же мы качества, т. е. фенотипические характеристики человека, и именно их изменение и принимается за развитие способностей.

И все же ряд данных дают основание говорить о развитии не только качеств, но именно способностей. Я имею в виду изменение в процессе деятельности (тренировки) задатков последних.

Некоторые факты свидетельствуют, что в деятельности развивается морфофункциональная основа способностей. При интеллектуальном развитии в процессе обучения в мозге усиливаются процессы синтеза специфических белков — нейропептидов, которые, локализуясь в различных его отделах, влияют на память и другие психические процессы. Весьма вероятно, что «обученный» мозг отличается не только увеличением объема хранящейся в нем информации, но и большими способностями к решению новых сложных задач.

Легче доказать, что развивается ряд морфофункциональных задатков, которые обеспечивают проявление психомоторных способностей. Например, выявлено, что МПК, с которым связана аэробная выносливость человека (бег, плавание и т. п.), при соответствующей тренировке увеличивается на 20–30%. При тренировке морфологические изменения отмечаются и в мышечной системе.

Биохимическими исследованиями показано, что в мышцах по мере роста тренированности спортсменов увеличивается запас гликогена, а это означает увеличение работоспособности, выносливости. По данным Н. Е. Высотской и А. М. Сухаревой (1974), в процессе многолетнего тренинга учащихся хореографического училища наблюдались изменения типологических особенностей свойств нервной системы, отличающиеся от возрастной динамики их у учащихся общеобразовательных школ: увеличилась инертность нервных процессов и слабость нервной системы, что способствовало повышению устойчивости учащихся к монотонности.

В. Белинский писал, что создает человека природа, но развивает и образует его общество. Недаром большинство выдающихся ученых, писателей художников считают, что из их достижений 90% приходится на труд и только 10% — на талант. Талант — это склонность к бесконечному труду, считают они. Микеланджело, гениальный итальянский художник и скульптор, говорил, что если некоторое время не поработает резцом или кистью, то становится больным. И. Репин утверждал, что он не добился бы успехов в живописи, если бы не запирался ежедневно в одно и то же время у себя в комнате и часами писал картины и этюды.

Вместе с тем, помимо увеличения потенциала, очевиден и другой механизм: рост возможностей использовать то, что дано нам природой, повышение исчерпаемости резервов. Например, установлено, что при электростимуляции мышца развивает значительно большую силу, чем при произвольных усилиях человека, т. е. имеется так называемый «силовой дефицит», свидетельствующий о неполном использовании возможностей мышц в обычных жизненных ситуациях. При этом у спортсменов такой «силовой дефицит» значительно меньше, чем у не занимающихся спортом. Следовательно, приобретение атлетом умений напрягать

и расслаблять мышцы, налаживание координационных механизмов, умение мобилизоваться, т. е. опыт, помогают человеку полнее использовать потенциальные возможности.

Конечно, вопрос о развитии способностей больше теоретический, чем практический: педагогу или тренеру безразлично, что развивается — способность или качество; ему важен конечный результат — повышение эффективности деятельности. Однако с научной точки зрения не все равно, как сказать: развиваются способности или качества. Утверждая первое, мы тем самым показываем возможность изменения генотипических особенностей человека, его природы.

13.5. Связь способностей с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы

Познавательные способности и типологические особенности. Любая деятельность предъявляет высокие требования к так называемым познавательным способностям: восприятию, вниманию, памяти, мышлению. Во многих исследованиях показано, что у разных людей различные стороны этих психических процессов выражены неодинаково. Например, одни хорошо концентрируют внимание, но плохо его распределяют, другие обладают хорошей оперативной памятью, но имеют малый объем восприятия и т. д. Установлено, что эти различия могут быть объяснены наличием или отсутствием у человека определенных типологических особенностей проявления свойств нервной системы.

Связь внимания с типологическими особенностями. Разные свойства внимания связаны с разными типологическими особенностями. *Концентрация* и *устойчивость* лучше у лиц с сильной нервной системой (Л. Б. Ермолаева-Томина, 1959; Н. С. Уткина, 1972; А. А. Болбочану, 1982), а *переключение* внимания (при установке работать в свободном темпе) — у людей со слабой нервной системой (В. П. Умнов, 1980).

Концентрация внимания зависит также от баланса нервных процессов (у лиц с преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу она больше), а переключение внимания — от подвижности нервных процессов.

Однако многое обусловлено тем, в каких условиях протекает деятельность. Например, по данным В. П. Умнова, при введении инструкции работать как можно быстрее преимущество в переключении внимания имеют уже люди с сильной, а не со слабой нервной системой. Поэтому в реальной спортивной деятельности в одних ситуациях преимущество могут иметь спортсмены с одной типологией, а в других — с противоположной ей. Например, в баскетболе при разыгрывании комбинации или при игре в обороне распределение и переключение внимания может лучше происходить у спортсменов со слабой нервной системой. При пробивании же штрафных бросков, когда требуется высокая концентрация внимания, большая результативность — у баскетболистов с сильной нервной системой (М. Н. Ильина, 1975). Очевидно, вторые способны сосредоточиваться в большей мере, чем баскетболисты со слабой нервной системой, особенно когда ситуация усложняется.

В связи с этим упомяну данные одного из моих исследований, согласно которым лица с сильной нервной системой выше оценили у себя способность к концентрации внимания, а лица со слабой нервной системой — способность к распределению внимания.

Связь памяти с типологическими особенностями. *Произвольная* память на числа, геометрические фигуры, рисунки, слова лучше у тех, кто отличается инертностью нервных процессов и низкой лабильностью (Э. А. Голубева, Е. П. Гусева и С. А. Изюмова, 1977). В то же время *непроизвольная* память, по данным этих авторов, лучше у лиц с высокой лабильностью нервной системы. Авторы объясняют это тем, что скоростные возможности таких людей позволяют им чаще обращаться к материалу в ходе решения логических задач, а это и создает предпосылки для лучшего запоминания материала в том случае, когда такой цели испытуемые перед собой не ставят.

Текст лучше запоминают обладающие слабой нервной системой (Э. А. Голубева и Е. Л. Гусева, 1972; В. И. Гончаров, 1984), а наглядные объекты — согласно тем же авторам, имеющие сильную нервную систему. Однако влияние силы нервной системы на запоминание во многом определяется условиями такового. По данным С. А. Соловьевой (1968, 1970), те, у кого нервная система слабая, после однократного предъявления больше запоминают легких слов (часто употребляемых в обиходе), а лица с сильной нервной системой по количеству запоминаемых трудных слов либо не уступают первым, либо даже превосходят их. Эффективность запоминания слов во многом зависит и от уровня мотивации. Так что связь свойства силы нервной системы с памятью довольно сложная и неоднозначная.

До сих пор речь шла об объеме памяти, т. е. количестве запоминаемых объектов с одного предъявления. Однако задачей обучения является запоминание всего объема предъявляемой информации. В связи с этим появляется еще один параметр мнемической деятельности: быстрота запоминания всего материала. Как выявлено В. И. Гончаровым, этот показатель тоже связан с некоторыми типологическими особенностями. Объем запоминания схемы движений больше у лиц с преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу, инертностью торможения и низкой лабильностью, а быстрота запоминания этого материала больше у лиц с сильной нервной системой, инертностью возбуждения и низкой лабильностью.

Многие двигательные действия представляют собой определенную последовательность движений, которая тоже требует запоминания. В. И. Гончаров показал, что объем запоминания последовательности движений больше у лиц с преобладанием торможения по «внешнему» балансу и с инертностью возбуждения и торможения. Быстрота же запоминания последовательности движений больше у лиц с преобладанием торможения по «внутреннему» балансу, с инертностью возбуждения и низкой лабильностью.

Двигательная память, т. е. запоминание пространственных и силовых параметров движений, лучше проявляется у людей, отличающихся инертностью возбуждения и торможения, сильной нервной системой, преобладанием возбуждения или уравновешенностью по «внешнему» и «внутреннему» балансу (Е. П. Ильин, 1976б) (см. рис. 13.4).

Связь восприятия с типологическими особенностями. Характеристики восприятия (особенно зрительного) — объем, быстрота и точность, существенно влияют на эффективность деятельности, в частности — на создание представле-

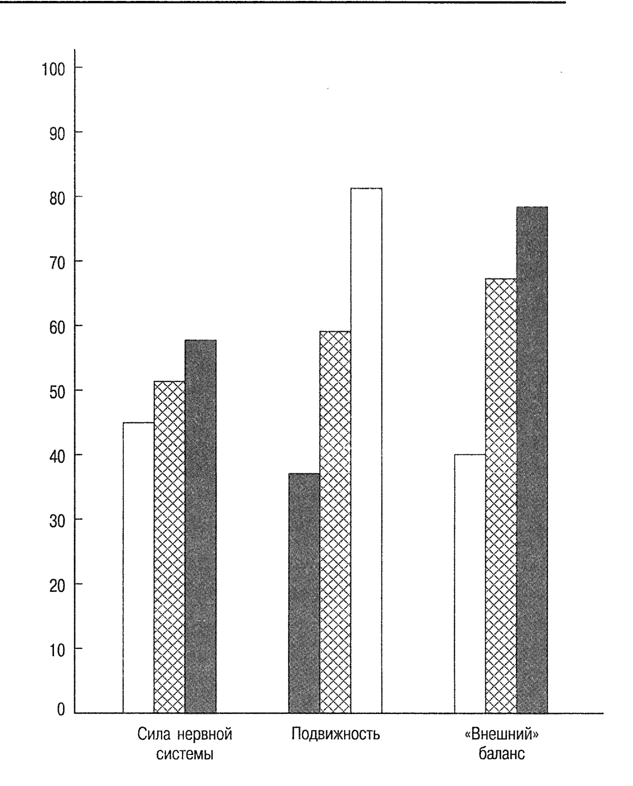


Рис. 13.4

Двигательная память у лиц с различными типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. **По вертикали:** степень забывание эталонов (%); **по горизонтали**: **незаштрихованные столбики** – большая выраженность свойства нервной системы (для «внешнего» баланса – это уравновешенность); **заштрихованные** – средняя выраженность свойства нервной системы (для «внешнего» баланса это означает преобладание возбуждения); **темные столбики** – слабая выраженность свойства (для «внешнего» баланса это означает преобладание торможения) (Е. П. Ильин, 1976б)

ния (зрительного образа) о том или ином физическом упражнении, двигательном действии. Быстрота формирования зрительного образа физического упражнения, которое демонстрируется обучающемуся, как установлено В. П. Умновым, обусловлено типологическими особенностями проявления свойств нервной системы, причем именно такими, от которых зависит и объем зрительного восприятия: слабой нервной системой, средней выраженностью подвижности возбуждения и торможения, преобладанием «внешнего» торможения (у мужчин) и уравновешенности по «внутреннему» балансу (у женщин).

По данным Л. М. Митиной и А. О. Прохорова (1981), чем сильнее нервная система, тем точнее оцениваются двухсекундные временные интервалы. Это проявилось как в мужской, так и в женской выборках.

Психомоторные способности и типологические особенности. Как уже было отмечено, влияние типологических особенностей на психофизиологические и психологические феномены бывает, как правило, комплексным, т. е. определенный феномен зависит от нескольких типологических особенностей. Конечно, эти комплексы целиком встречаются не у каждого человека. Например, у многих имеются только две из трех входящих в комплекс типологические особенности, притом и сочетания их разнятся.

Качества быстродействия. Общая тенденция такова, что в выборках людей, обладающих выраженными скоростными качествами, превалируют такие особенности, как слабая нервная система, подвижность возбуждения и торможения, преобладание возбуждения и уравновешенность по «внешнему» балансу. По этим типологическим особенностям спринтеры значительно отличаются от бегунов на

более длинные дистанции (Е. П. Ильин, 1976г). Выявлена связь скоростных показателей и с высокой лабильностью (Е. М. Борисова, 1975).

Существуют некоторые различия в зависимости разных скоростных показателей от типологических особенностей. Так, максимальный темп движений слабо связан с подвижностью нервных процессов и сильнее — с уравновешенностью по «внешнему» балансу.

Связь быстроты реагирования со слабостью нервной системы, вероятно, объясняется природой свойства силы: поскольку уровень активации в покое у лиц со слабой нервной системой выше, чем у людей с сильной, они ближе к пороговому уровню реагирования и быстрее его достигнут при действии сигнала (одинакового по интенсивности для всех).

Однако чем сильнее раздражитель, тем меньшее преимущество имеют субъекты со слабой нервной системой в быстроте реагирования (В. Д. Небылицын, 1966). Более того, при сильных раздражителях, когда у таких людей эффективность реагирования начинает снижаться, а у лиц с сильной нервной системой она еще растет, время реакции может в определенной точке стать у тех и других одинаковым, а при еще большей интенсивности раздражителя преимущество в быстроте реакции окажется на стороне обладающих сильной нервной системой. Поэтому и корреляция между силой нервной системы и временем реакции в зоне больших раздражителей становится уже положительной, а не отрицательной (Н. М. Пейсахов, 1974; В. А. Сальников, 1981; Н. И. Чуприкова, 1977).

Следовательно, чем громче звук, тем больше выравниваются шансы прореагировать на этот сигнал у людей с сильной и слабой нервной системой.

Время простой реакции зависит и от других типологических особенностей — лабильности (Н. М. Пейсахов), подвижности возбуждения и торможения, преобладания возбуждения по «внешнему» балансу (В. А. Сальников, 1981; Н. П. Фетискин, 1975).

Максимальная частота движений выше у лиц с высокой лабильностью нервной системы (В. А. Шаклеин), со слабой нервной системой и уравновешенностью по «внешнему» балансу (Е. П. Ильин, М. Н. Ильина, 1975).

Следует обратить внимание, что время *расслабления мышц* связано с другими типологическими особенностями, а именно — с инертностью *торможения* и преобладанием *торможения* по обоим видам баланса (В. А. Сальников, 1975). Таким образом, тормозные двигательные реакции обусловлены особенностями протекания тормозных процессов, а не возбудительных. Это подтверждает и тот факт, что *степень расслабления мышц* (из состояния покоя), а также тремор (точнее, его подавление) связаны также с преобладанием торможения по «внешнему» и «внутреннему» балансу: у субъектов с этими типологическими особенностями расслабление мышц больше, а тремор выражен меньше, чем у тех, кто характеризуется преобладанием возбуждения.

Не случайно среди стрелков-пулевиков чаще, чем среди представителей других видов спорта, встречаются лица с преобладанием торможения по «внутреннему» балансу.

С типологическими особенностями нелинейным образом связано *время сложной (дифференцировочной) реакции*, проявляемой в спортивных единоборствах и играх. Оно наименьшее у лиц и со слабой и с сильной нервной системой, а наибольшее — у лиц со средней ее силой.

Объяснение этой странной на первый взгляд зависимости следует искать в структуре времени сложной реакции: оно включает в себя два компонента. Это время простой реакции (или обнаружения сигнала и организации ответного действия) и время «центральной задержки», т. е. уходящее на дифференцирование сигналов и принятие решения: отвечать на сигнал или же нет. Если время простой реакции, как уже говорилось, короче у лиц со слабой нервной системой (и за счет этого компонента у них более кратким оказывается и время сложной реакции), то время «центральной задержки» наименьшее у лиц с сильной нервной системой, несколько большее — у располагающих слабой нервной системой, но самое большое — у людей со средней ее силой.

Поэтому лица с сильной нервной системой имеют некоторое преимущество по времени сложной реакции перед теми, у кого сила нервной системы средняя.

Выносливость, или время работы до того момента, когда человек не может более поддерживать заданную интенсивность, также имеет многочисленные связи с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. Но при этом она может быть одинаковой у субъектов даже с противоположными типологическими особенностями (например, у обладающих сильной и слабой нервной системой). Это обусловлено тем, что время работы до «отказа» складывается из двух фаз: до появления чувства усталости и после его проявления (утомления), причем каждая фаза (ее длительность) зависит от противоположных типологических особенностей.

П. З. Сирис, П. М. Гайдарска и К. И. Рачев показали, что высокие значения максимального потребления кислорода (МПК) и высокая максимальная производительность (аэробная выносливость) свойственны лишь лицам с сильной нервной системой. Спортсмены, у которых она слабая, не достигали высоких значений МПК.

Эти данные согласуются с полученными нами: среди бегунов на средние и длинные дистанции преобладали спортсмены с большой и средней силой нервной системы, в то время как среди бегунов на короткие дистанции — со слабой. В. С. Горожанин (1971) выделил 20 лучших и 20 худших школьников по результатам кроссового бега на 1000 м. У первых средняя величина силы нервной системы была больше, чем у вторых. Школьники с худшими результатами в основном имели слабую нервную систему.

Как установил Н. М. Пейсахов, выносливость к динамической работе больше у лиц с сильной нервной системой, а выносливость к удержанию статистических усилий — у имеющих слабую нервную систему. Второе положение не нашло подтверждения в работе М. Н. Ильиной: в одних группах обследованных преимущество было на стороне лиц с сильной нервной системой, в других — на стороне тех, у кого она слаба, в третьих группах выносливость к статистическому усилию была у тех и других одинаковой. Такие же данные получены М. Н. Ильиной и при выполнении испытуемыми динамической работы (приседаний, сгибаний и разгибании рук в упоре лежа). Однако подобные упражнения относятся к таким, в которых требуется проявить силовую выносливость, и энергетическое обеспечение работы при их выполнении в основном происходит анаэробным путем.

Преимущество в выносливости имеют индивиды с инертностью возбуждения, у которых больше, чем у отличающихся подвижностью возбуждения, и первая и вторая фаза работы (М. Н. Степанова [Ильина], 1972).

Артистические и музыкальные способности и типологические особенности. *Артисты цирка.* Цирковое искусство разнообразно по своим жанрам. Специфика каждого из них требует проявления различных способностей, а следовательно, и различных задатков, в качестве которых выступают типологические особенности проявления свойств нервной системы.

В работе Н. Е. Высотской с соавторами (1974) показано, что для акробатов-темповиков, жонглеров и иллюзионистов характерны слабая нервная система, высокая подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения над торможением по «внешнему» балансу. Эта типология полностью соответствует характеру их деятельности, связанному с быстротой движений, которая является у них ведущим качеством. М. К. Акимовой (1974) тоже показано, что подвижность нервных процессов способствует овладению навыками жонглирования.

Для силовых акробатов, гимнастов и джигитов характерны другие типологические особенности: слабая нервная система, инертность возбуждения и уравновешенность нервных процессов по «внешнему» балансу. Инертность возбуждения служит задатком хорошей двигательной памяти (для гимнастов и джигитов), а слабая нервная система — базой для проявления высокой чувствительности (что особенно важно для силовых акробатов, у которых большую роль играет удержание равновесия).

У канатоходцев и эквилибристов обнаружены слабая нервная система, подвижность нервных процессов, уравновешенность по «внешнему» балансу и преобладание торможения по «внутреннему». Последнее обеспечивает устойчивость позы тела, так как пробу Ромберга на статическое равновесие лучше выполняют лица с преобладанием торможения по «внутреннему» балансу, а не с уравновешенностью и — тем более — не с преобладанием возбуждения.

Своеобразна типология у клоунов. Наличие у многих из них большой и средней силы нервной системы, инертности нервных процессов создают основу для высокой работоспособности в течение длительного времени. Очевидно, это связано с тем, что клоунада — единственный жанр циркового искусства, представители которого выступают с короткими сценками в течение всего многочасового представления.

В целом же преобладание у артистов цирка слабой нервной системы оправдано тем, что она способствует проявлению артистизма, а преобладание у них возбуждения или склонности к этому по «внешнему» балансу содействует эмоциональности выступлений.

Артисты балета. Изучение связи свойств нервной системы с выраженностью у учащихся хореографического училища профессионально важных качеств показало, что эмоциональность, артистичность, «танцевальность» наиболее выражены у лиц с подвижностью нервных процессов и с преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу. Координированность движений, вестибулярная устойчивость, прыгучесть в большей мере связаны с инертностью нервных процессов и с преобладанием торможения по «внешнему» балансу. Слабость нервной системы обнаружилась прежде всего у учащихся с хорошей «танцевальностью», координированностью, с хорошим вращением.

В то же время какое бы качество ни рассматривалось у учащихся, оно было сильнее выражено у лиц с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу, т. е. у обладающих повышенной потребностью в двигательной активности.

Очевидно, эти учащиеся обладают более высокой работоспособностью, потому у них лучше развиты профессионально важные качества.

Музыканты-исполнители. Ю. А. Цагарелли (1981) показал, что свойства нервной системы коррелируют со многими способностями музыкантов-исполнителей. Эмоциональность, музыкальная память (образная и эмоциональная) связаны со слабостью нервной системы и высокой лабильностью, а логическая музыкальная память — с инертностью нервных процессов. Оригинальность музыкального логического мышления соотносится с низкой лабильностью, а оригинальность и быстрота образного музыкального мышления — с высокой лабильностью и подвижностью нервных процессов. Восприятие музыкальной информации на сенсорно-перцептивном уровне лучше осуществляется лицами с высокой лабильностью. Таким образом, у людей с разными типологическими особенностями музыкальность как интегральное образование имеет разную структуру (с точки зрения выраженности разных способностей, ее составляющих).

Как установлено Л. А. Лепиховой и Т. Ф. Цыгульской (1982), музыкантам больше всего присуща слабая и высоколабильная нервная система. Именно эти типологические особенности способствуют более успешной музыкальной деятельности, в частности хоровой (И. А. Левочкина, 1988). Роль высокой лабильности нервной системы для успешности музыкальной деятельности установлена и в других исследованиях (И. С. Букреев, 1983; М. В. Никешичев, 1990; Ю. А. Цагарелли).

13.6. Соотношение понятий способности и качества

С проблемой значения деятельности для развития способностей связан и вопрос о соотношении понятий способности и качества.

До сих пор существуют немалые разночтения в использовании и толковании близких друг другу терминов — способности, одаренность, качества — характеризующих возможности человека. В одном случае отказываются от понятия качества и говорят только о способностях (В. С. Фарфель, 1976). В другом оба используются как синонимы; в частности, так происходит в большинстве работ по психологии труда. Например, В. Д. Шадриков не разграничивает эти способности и качества. В третьем случае способность оказывается синонимом одаренности (А. Ф. Лазурский, 1921).

В результате порой бывает очень трудно разобраться, что же конкретно имеет в виду автор, использующий какое-либо из трех понятий. Такое положение не позволяет продуктивно разрабатывать целый ряд теоретических проблем, поскольку и ученые и практики лишены адекватного понятийного аппарата. Неудивительно, что вопрос о качествах в учебниках по психологии просто обходится стороной.

Приступая к его обсуждению, нужно прежде всего выяснить, насколько необходимо для теории и практики наличие всех этих понятий и можно ли обойтись без какого-либо из них. Такая постановка вопроса привела к выбору определенного методического подхода при анализе их содержания: все эти понятия определяют некоторые факторы, влияющие на возможности человека и на эффективность его деятельности. Следовательно, начинать обсуждение поставленного вопроса надо с нахождения места этих понятий в ряду всех факторов, обусловливающих возможности человека и эффективность их проявления. Только в этом

случае можно понять, что целесообразно вкладывать в каждое из данных понятий и чем они могут отличаться друг от друга.

Возможности человека и эффективность его деятельности определяются как социальными (приобретаемыми в процессе воспитания, обучения, тренировки) факторами, так и врожденными, биологическими. Эти индивидуально-личностные факторы, обусловливающие возможности человека, и подлежат рассмотрению в их отношении к разбираемым понятиям.

К врожденным (генотипическим) факторам относятся конституциональные, морфологические особенности (рост, вес, особенности телосложения в целом — соматотип, морфофункциональные особенности строения мышц: быстрые и медленные мышечные волокна), физиологические особенности (уровень максимального потребления кислорода — МПК), психофизиологические особенности (свойства нервной системы и темперамента), простейшие психические функции (процессы), связанные с восприятием, вниманием, памятью и т. д.

К приобретенным факторам, влияющим на возможности человека, относятся мотивы, знания, умения, а также возникающий в процессе тренировки прирост врожденных особенностей и факторов.

Между врожденными и приобретенными свойствами человека нет разрыва. Знания и умения быстрее приобретаются и достигают лучшего качества у людей с определенными врожденными особенностями; в свою очередь обучение и тренировка способствуют развитию врожденных особенностей человека. Поэтому индивидуально-личностные особенности взрослого человека представляют собой сплав врожденных и приобретенных свойств, который И. П. Павлов назвал фенотипом.

Знание того, какого уровня факторами (генотипического, фенотипического или приобретенного) обусловлены в данный момент возможности и эффективность деятельности человека, важно в том случае, когда прогнозируются его успехи в настоящем и будущем. В зависимости от аспекта, какой нас интересует, меняется и роль факторов, относящихся к разным уровням. При оценке возможностей человека *в данный момент* (например, в проявлении максимального быстродействия) для нас совершенно несущественно, за счет чего проявляются эти возможности: представляют ли они результат обучения и тренировки или обусловлены врожденными особенностями. Здесь оценка возможностей абстрагируется от причин, их определивших.

Когда же нужно узнать, *следствием чего являются имеющиеся наличные возможности человека* (врожденных ли особенностей, их развития или обучения), необходимо тщательно проанализировать компоненты, из которых они складываются, сгруппировать эти компоненты (факторы) по уровням *и встроить эти группы факторов в рамки определенного понятия.*

Особенно важно выяснить роль врожденных факторов в проявлении имеющихся возможностей человека в ряде случаев:

1) если нужно понять, почему у двух и более субъектов при созданных им равных условиях деятельности и при одинаковом их стремлении к успеху достижения все же различны;
2) если необходимо узнать, за счет чего разные субъекты добились одинаковой эффективности;

3) если хотят дать прогноз достижений данного субъекта на будущее (когда хотят оценить перспективу его развития).

Таким образом, в практических целях требуется задействовать понятия, помогающие обозначить группы следующих индивидных и личностных факторов, обусловливающих возможности человека и эффективность его деятельности:

- отражающих роль врожденных особенностей человека,
- отражающих роль приобретенных особенностей человека,
- отражающих роль *сплава* врожденных и приобретенных особенностей человека.

Первая группа связывается мною со способностями и одаренностью, вторая — с опытом человека, третья — с качествами. Об одаренности сказано было выше. Способности на приведенной схеме (рис. 13.5) занимают область слева, включающую в себя психические и физиологические врожденные особенности человека.

На правой части схемы показаны приобретенные факторы — опыт и мотивы, причем первый включает в себя знания и умения (навыки), которые, согласно Б. М. Теплову, не относятся к разряду способностей.

Очевидно, однако, что необходимо такое понятие, которое было бы отражением сплава врожденного и приобретенного. У В. Д. Шадрикова это способности фенотипа. Мне представляется, что более подходит понятие **функциональное качество** (термин «качество» широко используется в общей психологии: волевые и нравственные качества, в психологии спорта: двигательные качества, в психологии труда: профессионально важные качества, однако часто выступает синонимом «способностей»).

► **Функциональное качество** — наличный уровень проявления какой-либо стороны возможностей человека, независимо от того, чем этот уровень обусловлен: природными ли особенностями, их развитием или знаниями и умениями.

При этом в функциональные качества включаются не все приобретаемые человеком знания и умения, а только те, которые помогают проявиться той или иной стороне возможностей (быстроте, точности действий, выносливости и т. д.).

Функциональные качества и способности по названию могут совпадать (например, качество быстроты и способность к быстродействию): одна и та же сторона возможностей (функции — например, концентрация внимания) может выступать и как качество, и как способность. Все зависит от угла рассмотрения — фенотипа или генотипа, наличного уровня или прогноза.

Важным отличием понятия *качество* от *способностей* состоит в том, что первое может характеризовать не только функциональные возможности человека, но его как личность (*личностные качества*). Поэтому наряду с двигательными качествами, качествами ума и т. п. выделяют нравственные, волевые, причем первые

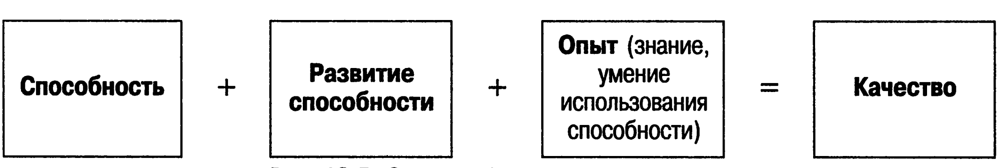


Рис. 13.5. Структура функционального качества

не связаны с врожденными особенностями человека, а приобретаются в процессе его социализации и воспитания.

Функциональное качество, как и способность, не подменяет понятий функции, психического процесса. Оба они отражают лишь различные стороны той или иной функции: у внимания — концентрацию (интенсивность), устойчивость, лабильность, распределение; у движения — силу, быстроту, выносливость и т. д.

Вопрос о превращении способностей в функциональные качества серьезно рассмотрен в работе Б. А. Федоришина с соавторами (1980); они отмечают:

> В профессиональной деятельности токаря, водителя автотранспорта и хирурга чрезвычайно важна координация движений обеих рук... Но вместе с тем сенсомоторная координация, четкость и точность двигательных действий сами по себе еще не являются профессиональной способностью (читай — качеством. — *Е. И.*). Отличная координация двигательных действий хирурга, сидящего за рулем автомобиля, не гарантирует механизм переключения скоростей в автомобиле от поломки из-за неумелого переключения. Профессиональная способность начинает проявлять себя тогда,... когда сенсомоторная деятельность наполняется профессионально-технологическим содержанием. И это содержание различно у токаря, шофера, часового мастера и хирурга. Таким образом, общий для всех этих специалистов психологический механизм реализуется затем в различных профессиональных способностях (читай — качествах. — *Е. И.*). Ясно также, что и сенсомоторные механизмы, рассматриваемые первоначально как общие для данных специалистов, *получают в дальнейшем свое специфическое развитие* в зависимости от того, какое место в структуре профессиональной способности они занимают и структурными элементами каких профессиональных способностей являются. Все это в равной мере относится не только к психомоторике, но и к другим психическим процессам и явлениям (Профконсультационная работа со старшеклассcниками. Киев: Радянська школа, 1980. С. 18).

Таким образом, в процессе овладения профессиональным мастерством каждая способность, реализуясь в конкретных действиях, получает свою огранку.

В заключение отмечу, что использование понятия функционального качества как фенотипического образования представляет компромисс между крайними точками зрениями (о приобретенном или врожденном) на природу функциональных возможностей человека, как бы «примиряет» их.

13.7. Компенсация способностей и компенсаторные отношения

Вопрос о компенсации способностей важен не только в теоретическом, но и в практическом отношении: ведь его решение в каждом конкретном случае должно дать ответ, насколько пригоден человек к той или иной деятельности, насколько необходим отбор в профессиональной сфере.

Одним из первых вопрос о компенсации способностей поставил в отечественной психологии Б. М. Теплов (1941, 1955). Он говорил, в частности, о компенсации отсутствия абсолютного слуха приобретенным умением, недостаточной выносливости слабой нервной системы ее высокой чувствительностью.

Значительное место рассматриваемому вопросу уделялось В. С. Мерлиным. В его школе одинаковая продуктивность деятельности субъектов с разными задатками (типологическими особенностями свойств нервной системы и темперамента) связывалась с выработкой стиля деятельности. Следовательно, речь идет

о компенсации недостаточно выраженных способностей и качеств определенными способами деятельности (Е А. Климов, 1969; Л. А. Копытова, 1964, и др.). В этой же психологической школе был поставлен вопрос о компенсаторных отношениях между свойствами темперамента, приводящих к компенсации одних способностей другими (В. С. Мерлин с соавторами, 1967б; В. В. Белоус, 1977).

Этот же вопрос рассматривался и К. К. Платоновым, который даже выделил специальную группу компенсаторных способностей, входящих, по его мнению, в структуру сложных способностей.

По поводу компенсации существуют различные точки зрения, причем смешиваются, во-первых, социальный и психофизиологический аспекты обсуждения, во-вторых, понятия компенсации и компенсаторных отношений. В результате неадекватно ставятся задачи исследований, ошибочно истолковываются получаемые результаты, возникают неверные теоретические построения и практические рекомендации.

Социальный аспект вопроса о компенсации был указан Б. М. Тепловым (1955), который отмечал, что нет плохих и хороших типологических особенностей, каждая из них в разных ситуациях может иметь и положительное и отрицательное проявление, соответственно и человек, неспособный к одному виду деятельности, может быть способным к другому.

В связи с этим исследователь писал, что люди с разными типологическими особенностями (задатками) могут добиваться *одинаковых высоких социальных достижений*: становиться знаменитыми артистами, видными учеными, рабочими высокого класса и т. д. В этом случае речь идет о такой компенсации одних способностей другими, которая позволяет разным людям достигать одинаково высокого социального статуса, общественного признания за свои достижения. Ее наличие позволяет утверждать, что вообще неспособных к какому-либо делу людей нет, каждый человек способный по-своему (но, конечно, в разной степени).

Однако это не тот вид компенсации, который обеспечивает одинаковые достижения людей *в одном и том же виде деятельности*. Рассмотрение же такового приводит к *психофизиологическому аспекту* проблемы компенсации. Он заключается в выяснении того, благодаря чему люди с разной выраженностью свойств, способностей, качеств достигают одинаковой продуктивности (результативности) в одном и том же виде деятельности.

Одним из видов подобной компенсации выступает обеспечение эффективности деятельности путем применения знаний и умений (при недостаточной выраженности необходимых способностей). Об этом говорил и Б. М. Теплов, считая, что знания и умения не входят в структуру способностей.

Компенсация такого вида хорошо просматривается в учебной деятельности, в спорте: недостаточно быстрое реагирование на сигналы и плохое распределение внимания компенсируются мыслительными операциями, способствующими прогнозированию изменений ситуации в ближайшем будущем. Ее можно назвать *компенсацией за счет опыта*.

Другим видом психофизиологической компенсации, обеспечивающим разным людям одинаковую эффективность деятельности, несмотря на имеющиеся у них различия в задатках, способностях и качествах, является приспособление деятельности к себе, т. е. выработка индивидуального и типического стиля, опира-

ющегося на сильные стороны человека, компенсирующего слабые (подробно этот вопрос рассматривается в главе 5).

Однако такая компенсация возможна только в тех случаях, когда от человека не требуется проявления максимальных возможностей. Тогда (а это чаще всего касается производственной деятельности) люди с разными стилями могут добиваться одинаковых результатов (100% выполнения плана). Очевидно, потому В. С. Мерлин и рассматривал индивидуальный стиль деятельности в разделе способностей. Проявляющуюся в этих условиях компенсацию можно назвать *компенсацией за счет стиля деятельности.*

В то же время В. С. Мерлин и Е. А. Климов (1967а) признают: не во всех профессиях стиль деятельности может компенсировать необходимые для успешного ее выполнения способности. Особенно отчетливо это проявляется в спорте, где при наличии одного и того же стиля спортсмены показывают разные результаты. Поэтому проблема отбора по способностям становится тем актуальнее, чем более жесткие требования к человеку предъявляет деятельность.

Еще один вид психофизиологической компенсации, когда недостаточное развитие или выраженность одной способности может быть восполнено другой, связанной с ней. Например, недостаточное распределение внимания компенсируется быстротой восприятия, недостаточная дифференцировка мышечно-двигательных ощущений — концентрацией внимания и быстротой двигательных реакций. Этот *истинные компенсации.*

К этому же виду можно отнести и случаи, когда равная выраженность у разных людей какой-либо сложной способности определяется различной проявленностью у них более частных способностей, выступающих компонентами более сложных. Например, одинаковая выносливость может достигаться за счет различного соотношения двух ее составляющих, которые требуют разных задатков и способностей: с одной стороны — благодаря длительности работы до появления утомления (чувства усталости), с другой — длительности работы на фоне усталости. Первый компонент заметнее выражен у лиц со слабой нервной системой, а второй — с сильной (М. Н. Ильина). Следовательно, свойство силы нервной системы влияет на два компонента выносливости противоположным образом: способствуя проявлению одного, оно препятствует обнаружению другого.

Здесь речь должна идти уже не просто о компенсации, а о *компенсаторных отношениях.*

О ложных компенсациях способностей. Подчас компенсации и компенсаторные отношения видятся исследователям там, где их нет. Типичная ошибка в этих случаях состоит в том, что компенсаторные отношения предполагаются повсюду, если одно свойство или качество выражено сильно, а другое слабо, или когда одна особенность человека проявляется в эффективности деятельности, а другая — нет. Например, в одной из работ говорится, что у необщительных школьников тщательное планирование общественно полезной деятельности компенсирует их слабую коммуникативность, а у общительных коммуникативность компенсирует слабовыраженную планирующую функцию. Остается, однако, неясным: почему имеющееся у школьника должно обязательно компенсировать то, чего у него нет или слабо выражено? Зачем, образно говоря, низкий рост компенсировать большим весом? Можно ли компенсировать в спортивных упражнениях выносливость силой?

Точно так же во многих случаях напрасно искать компенсаторные отношения, например между быстротой реагирования на сигнал и знаниями оператора: компенсаторные отношения имели бы место между ними только в том случае, если бы увеличение быстроты реагирования приводило к сокращению знаний и, наоборот, рост знаний вел бы к снижению быстроты реагирования. Очевидно, есть некомпенсируемые соотношения между способностями.

Или другой пример. В одной работе утверждается, что способности человека сопротивляться монотонности работы и утомлению при выполнении одной и той же работы находятся в компенсаторных отношениях. Этот вывод сделан на том основании, что у одних людей сначала наступает состояние монотонии и лишь затем — состояние утомления, а у других — наоборот. Но из верного наблюдения автор делает неправильный вывод: чем раньше возникает состояние монотонии, тем позже будет появляться утомление.

Это утверждение не выдерживает логической проверки: чем позже наступает монотония, тем раньше утомление, и противоречит фактическим экспериментальным данным, полученным Н. П. Фетискиным (1972), согласно которым появление монотонии ускоряет развитие утомления. Приняв же точку зрения автора упомянутого исследования, можно сделать вывод, что состояние монотонии является профилактикой в развитии утомления.

В рассматриваемом случае видимость компенсаторных отношений между утомлением и монотонией возникла потому, что, во-первых, автор первые признаки усталости принял за монотонию (колебание продуктивности работы по временным отрезкам характерно не только для монотонии, но и для утомления). Во-вторых, вследствие того, что *и монотония, и появление усталости зависят от свойства силы нервной системы, но противоположны*: у лиц с сильной нервной системой раньше наступает состояние монотонии, но позже снижается работоспособность, а у лиц со слабой нервной системой первое появляется позже, а усталость раньше. Такая закономерность, однако, вовсе не свидетельствует о компенсаторных отношениях между этими состояниями, потому что отсутствует одно необходимое условие: последние не являются компонентами одного и того же качества, свойства, а представляют собой самостоятельные психологические феномены, ничем общим не связанные.

Можно отметить и еще один случай ошибочной трактовки получаемых данных. В. В. Белоус (1977) считает, что наличие множественных положительных корреляций между разными способностями и выделение их в какие-то факторы имеет полезный приспособительный эффект, так как выявляемые связи показывают, мол, возможность компенсации одной способности другою. Но что означают высокие положительные корреляции? Только то, что все способности и свойства развиты либо хорошо, либо плохо. Однако если у человека все качества развиты хорошо, то ему не нужна компенсация, а если все качества развиты плохо, то нечем компенсировать слаборазвитые.

О компенсациях и компенсаторных отношениях следовало бы говорить как раз в случаях отсутствия корреляции или же при наличии отрицательных корреляций. В последнем случае очевидно, что у субъектов одни способности и соответствующие им качества развиты хорошо, а другие — плохо. Это дало бы основание предполагать, что при одинаковой эффективности деятельности разных лиц она достигается за счет компенсации одной способности другой.

Возможна ли полная компенсация или речь должна идти только о частичной? Вероятно, если требования деятельности к человеку максимальные, вряд ли можно говорить о возможности полной компенсации неразвитых способностей (в противном случае все люди были бы одаренными во всех видах деятельности; ведь одаренность, по сути, и означает совокупность некомпенсируемых способностей человека). Если ведущие для данной деятельности способности выражены неярко, компенсация может обеспечить лишь средний уровень успешности деятельности.

13.8. Измеряемы ли способности и одаренность?

Деятельность как условие выявления способностей и одаренности. Выше отмечалось, что сторонники личностно-деятельностного подхода к способностям считают: выявить способности можно только в процессе выполнения деятельности. Так, практика обучения показывает, что быстрота и качество овладения знаниями и умениями, а также конечный уровень достижений в избранном виде деятельности позволяют в определенной мере судить об имеющихся у человека способностях и одаренности. Однако успехи в любой сфере зависят от многих факторов (мотивов, условий деятельности, мастерства обучающих и т. д.), поэтому столь часто допускают ошибки в определении таланта у своих учащихся педагоги школ и высших учебных заведений. Эти случаи нераспознавания будущих выдающихся деятелей науки, литературы стали уже хрестоматийными (см. ниже «О трудностях прогноза»).

Многие психологи считают, что выявить способности можно только в процессе выполнения деятельности. Действительно, практика обучения показывает, что быстрота и качество овладения знаниями и умениями, а также конечный уровень достижений в избранном виде деятельности позволяют в определенной мере судить об имеющихся у человека способностях и одаренности. Однако успехи в любой деятельности зависят от многих социальных факторов (силы мотива (желания), условий деятельности, мастерства обучающих и т. д.), а не только от способностей, поэтому столь часты ошибки педагогов в определении таланта у своих учащихся. Например, Эдисон, как неспособный, был взят отцом из школы, Ч. Дарвин с той же формулировкой исключен из Эдинбургского университета, а на основе школьной успеваемости по физике и математике И. Ньютона, по химии, Д. И. Менделеева и по математике — Лобачевского никак нельзя было предсказать, что они будут великими учеными именно в этих областях знаний. Н. В. Гоголя преподаватели начальной школы считали неспособным к изучению русского языка. Преподаватели Академии художеств оценили работы юного В. И. Сурикова, будущего великого русского художника, пытавшегося поступить в Академию, следующим образом: «За такие рисунки вам даже мимо Академии надо запретить ходить!» Этот список можно продолжить: знаменитый биолог Линней, физики Франклин и П. Кюри, изобретатели Уатт и Морзе, философ Спенсер, Герцен и Белинский, Вальтер Скотт, Байрон, Эдгар По считались в школе самыми неспособными учениками. Шаляпина не взяли в хористы, но зато в их число попал Горький.

Известны случаи, когда выполнение деятельности не только не способствует обнаружению способностей, но даже мешает этому, маскирует их. Например,

высокая результативность баскетболистов со сверхвысоким ростом принимается тренерами за меткость, хотя на самом деле игрок высокой меткостью не обладает. Наоборот, меткий, но неустойчивый к психической напряженности баскетболист может не проявить во время сложной игры свою способность. Несоответствующий природным данным стиль обучения, боязнь экзаменов порой приводят к не очень высокой успешности учебной деятельности, на основании чего делается вывод и о невысокой умственной одаренности учащегося.

О трудностях прогноза

Чрезвычайно трудно оценить в годы детства значение даже самых ярких признаков способностей. Прежде всего потому, что проявления способностей могут оказаться по преимуществу возрастными, преходящими. Важно и то, что умственные успехи зависят не только от самих умственных способностей, но и от таких свойств личности, как направленность, воля и др. Растущему человеку мало иметь повышенные способности, надо еще уметь управлять ими.

...Умственная одаренность, талант к наукам может оказаться и у тех, у кого в школьные годы, казалось бы, не было оснований это предполагать. Почему возможно такое? Во-первых, вероятно, зачастую признаки одаренности просто не удается разглядеть: и педагоги и психологи еще многого не знают и не умеют. Во-вторых, дремлющие способности могут быть разбужены, они могут как бы вспыхнуть и разгореться при удачном индивидуальном подходе, при более благоприятных обстоятельствах. В-третьих, одаренность нередко обнаруживается на более поздних возрастных этапах, что может быть и генетически обусловлено. В-четвертых, разнообразие профессий столь велико, что никем не замечаемое и не ценимое своеобразие возможностей ребенка может в дальнейшем, в условиях определенной деятельности, оказаться социально особенно ценным, подняться в ранг одаренности. В-пятых, развитие способностей, творческие проявления в огромной степени зависят от формирующихся с годами черт характера, всего склада личности; возможные достижения зависят также от напряжения компенсаторных механизмов и т. д. (Н. С. Лейтес, 1988, с. 105–106).

Поэтому вполне правомерно искать косвенные пути в определении способностей без непосредственного выполнения конкретной деятельности, тем более что многие ее виды ребенку вообще недоступны из-за его еще недостаточной физической и умственной развитости.

Тестирование. Распространено мнение, будто с помощью тестов выявляются способности (т. е. врожденные возможности) и измеряется степень их выраженности. Теоретически это верно, однако фактически может быть весьма далеко от истины. В тестах измеряется наличный уровень тех или иных возможностей человека, которые могут определяться многими факторами: знаниями, умениями, условиями развития в семье, особенностями задания и специфичностью условий его выполнения и т. п. Например, при более благоприятных условиях развития способным и одаренным может показаться человек, таковым на самом деле не являющийся.

В работе Т. А. Думитрашку (1991) показано, что уровень интеллектуального развития детей из многодетных семей в среднем ниже уровня интеллектуального развития их сверстников из малодетных семей. Первенцы в многодетных семьях добиваются лучших результатов по тестам интеллекта, чем вторые дети, когда интервалы между рождениями первого и второго ребенка больше года. За счет этого первенцам достается больше родительского внимания. Если же интервал не превышает года, вторые дети интеллектуально развиваются более быстрыми темпами, чем первенцы, и находятся с ними на одинаковом уровне развития.

Соответственно тестирование часто не выявляет способностей и уж тем более не измеряет их (поскольку нельзя измерить компонент, который мы не можем выделить из сплава врожденного и приобретенного).

Однако есть еще один и, по-видимому, самый реальный путь — *прогнозирование* способностей и одаренности *по количеству и степени выраженности имеющихся у человека задатков.* Измерить это можно в лабораторных условиях при выполнении испытуемыми определенных тестов, выявляющих задатки, а в ряде исключительных случаев (у спортсменов) — определяя последние с помощью биохимического и гистологического анализа. Однако при этом необходимо знать, какие задатки относятся к той или иной способности.

Роль сроков полового созревания. Трудно прогнозировать одаренность и способности ко многим видам деятельности (исключая, пожалуй, музыкальную и искусство рисования) *в подростковом возрасте.* Это связано с индивидуальными сроками полового созревания (пубертатного периода). Все дети этого возраста делятся на три группы:

- акселераты (с ускоренным половым созреванием, т. е. в 10–11 лет; их около 20%),
- ретарданты (с задержкой полового созревания, т. е. в 16–17 лет; их тоже около 20%),
- с нормальным по срокам половым созреванием.

Как известно, гормональные изменения, происходящие на этой стадии, существенно изменяют выраженность свойств нервной системы, выступающих, о чем сказано выше, задатками способностей. Также они влияют на уровень физического развития, в том числе и на антропометрические данные подростков.

Установлена связь между уровнем полового созревания детей и их мышечной работоспособностью, двигательной активностью, функционированием сердечно-сосудистой и дыхательной систем, более крупными размерами тела. Среди подростков с ускоренным развитием чаще встречаются эндоморфные типы телосложения; у этих детей оказываются большими показатели мышечной силы. Подростки с более поздним развитием характеризуются мезоморфным и эктоморфным типом телосложения, причем у первых половое созревание начинается на год раньше, чем у вторых. У имеющих эктоморфный тип более выражена быстрота, чем сила и выносливость. Поэтому, если учитывать только паспортный, а не *биологический возраст*, можно принять за одаренного, например, спортсмена того, кто на деле акселерат, и забраковать ретарданта.

То же, очевидно, может происходить и с проявлением познавательных способностей. Известно, что имеются так называемые сенситивные периоды возрастного развития, когда в одном возрасте лучше проявлен какой-то один из психических процессов, а в другом — уже иной. Если в связи с различными сроками полового созревания происходит смещение этих сензитивных периодов, можно сделать ошибку в прогнозе и об уровне развития интеллекта, поскольку, как отмечает Н. С. Лейтес (1977), признаком одаренности ребенка чаще всего служит несоответствие развития его ума обычному уровню умственного развития ровесников, т. е. опережение возраста.

Сказанное делает актуальным знание признаков, по которым можно судить о степени полового созревания. Например, первый признак наступления пубер-

татного периода у мальчиков — изменение голоса (это случается обычно в 12,5 лет). Волосы на лобке появляются в 13 лет, набухание сосков и формирование кадыка — в 13,5 лет. Последний внешний признак — появление волос в подмышечной впадине — наблюдается в 14 лет.

Другой и более точный способ диагностики степени физиологической зрелости — определение «скелетного» или «костного» возраста ребенка, что достигается путем сравнения степени окостенения скелета со средними возрастно-половыми нормами. Для этого имеются атласы с набором рентгенограмм, показывающие характерный для каждого возраста уровень окостенения отдельных костей кисти и предплечья. В каждом возрасте корреляция длины и веса тела значительно больше с «костным» возрастом, чем с паспортным. Межгрупповые различия в длине тела при объединении детей по «костному» возрасту в два раза меньше, чем при группировке по паспортному возрасту.

Между темпами окостенения и развитием вторичных половых признаков имеется высокая степень соответствия, поэтому для определения биологического возраста можно пользоваться тем и другим способом. Однако чтобы диагностика была квалифицированной, оба они предполагают участие врача.

Возраст полового созревания, как и возраст скелетной зрелости, все же ограничивает дифференциацию по способностям, так как может учитываться только в небольшом возрастном диапазоне.

Прогностичность показателей. Используемые для определения способностей и одаренности показатели должны обладать *прогностической силой*, т. е. фиксировать не только сегодняшнее развитие ребенка, но и предсказывать, как изменятся эти показатели в будущем — каким будет уровень развития человека, когда тот станет взрослым. Иными словами, нужно, чтобы по исходным данным ребенка (*по ювенильным признакам*) можно было судить о величине тех же показателей в конце заданного периода (*о дефинитивных признаках*). Как было выявлено, прогностичными являются показатели мышечной силы, прыгучести, выносливости, ростовые, в меньшей степени — вес тела. Небольшая надежность отмечена В. В. Волковым (1981) применительно к психическим функциям.

В последние два десятилетия появилось много работ, посвященных трагедии невыявленных или заблокированных системой школьного обучения талантов. По данным П. Торренса (1962), около 30% отчисляемых из школ (за неспособность, неуспеваемость и даже глупость) составляют одаренные и сверходаренные. В конце 70 – начале 80-х гг. стремительно развивается уже совсем новая, прикладная область психологии – психология талантливых, но неуспевающих в учебе детей, в которой изучаются причины задержек в развитии талантов в детские годы и методы оказания психологической помощи.

Работы Дж. Гилфорда показали, что к концу школы многие одаренные и талантливые дети испытывают тяжелые состояния депрессии, вынуждены маскировать от сверстников и взрослых свою одаренность. Исследования С. Майлз (1975), С. Ладжоула и Шора (1981) показали, что самоубийства среди одаренных детей встречаются в 2,5 раза чаще, чем у их сверстников.

Одаренные дети испытывают в школе дискриминацию из-за отсутствия дифференцированного обучения, из-за ориентации школы на среднего ученика, из-за излишней унификации программ, в которых плохо предусмотрены или совсем не учитываются индивидуальные возможности усвоения знаний.

Исследования П. Торренса показали, что одаренные дети быстро проходят начальные уровни развития интеллекта и оказывают сопротивление всем видам репродуктивных работ, что оценивается учителями как упрямство, лень или глупость. Сложность состоит как раз в том, что сам одаренный

ребенок без специальной помощи психолога или квалифицированного учителя не может понять, в чем причина его сопротивления тем видам работ, которые охотно выполняются другими детьми... Одаренным детям приходится около двух третей времени в школе проводить впустую, маскируя «интеллектуальный саботаж». Одаренные дети намного быстрее своих сверстников проходят начальные уровни социальной адаптации (послушание и примерное поведение, ориентированное на получение положительной оценки взрослых); в подростковом возрасте они часто как бы минуют фазу детского конформизма и оказывают сопротивление диктуемым правилам, групповым нормам и внутригрупповым ориентациям на авторитарных лидеров. Эти дети быстро (к концу школы) достигают третьего уровня социальной адаптации по модели Л. Колберга (1964), на котором ведущим является внутренний локус контроля и пересмотр конвенциональных образцов поведения и установок (А. М. Матюшкин, Д. А. Сиск, 1988, с. 90–91).

Прогностичность показателей зависит во многом от того, в какой мере они обусловлены генетическим фактором, а в какой — развитием, воспитанием.

Роль наследственности или влияний среды с очевидностью обнаруживается при сравнении однояйцевых близнецов, особенно когда их воспитание ведется раздельно, в разных условиях. Если же преднамеренного различающегося воспитания не было, данные близнецов оказываются по многим параметрам идентичными, что свидетельствует о роли генетического фактора. У двуяйцовых близнецов, не говоря уже об обычных братьях и сестрах (сибсах), такое сходство выражено либо гораздо слабее, либо вообще отсутствует. Это было отчетливо показано в отношении роста и веса тела, хотя для второго показателя генетическое влияние более слабое. Была обнаружена генетическая обусловленность типологических особенностей проявления свойств нервной системы (И. В. Равич-Щербо, 1977), а также познавательных процессов и двигательных способностей, о чем уже сказано в предыдущей главе.

К старому венскому капельмейстеру явился молодой человек и, протянув конверт с рекомендательным письмом от своего первого учителя музыки, застенчиво попросил обучить его контрапункту.

Распечатав конверт, капельмейстер прочитал: «Податель сего пустой фантазер, который помешался на том, что может сделать переворот в музыке. У него вовсе нет таланта, и он, конечно, за всю свою жизнь не сочинит ничего порядочного. Имя его Йозеф Гайдн» (Музыканты смеются. Киев: Музична Украина, 1970. С. 17).

Принимая во внимание эти генетические исследования, следует все же учесть ряд моментов.

В разные возрастные периоды действие генетического фактора неодинаково по силе. Например, уровень наследственных влияний на тотальные размеры тела повышается с возрастом. Однако в период полового созревания прогностичность показателей снижается или совсем утрачивается в связи, как уже говорилось, с различием детей по темпам самого этого полового созревания. У медленно созревающих время от появления первых признаков до сильного их развития составляет в среднем 3 года 10,5 месяцев, у быстро созревающих — 1 год 2,5 месяца (В. Г. Властовский, 1976). Поскольку у медленно созревающих половое развитие начинается раньше, они вначале опережают быстро созревающих по физическому развитию, в частности — в росте тела. Однако затем те к периоду половой зрелости догоняют в развитии первых, а в последующем и опережают их.

Следует учитывать также, что сверхоптимальные физические нагрузки приводят к задержке полового и физического развития, в частности к угнетению

пролиферативной фазы менструального цикла и выделению активных фракций эстрогенов. В этом случае подросток может быть принят за ретарданта, каковым в действительности он может и не быть.

Исказить результаты близнецового метода может и процесс обучения. Это ясно показано С. Д. Пьянковой (1991). Детям 6 лет, не обучающимся в школе, были предложены задачи, требовавшие от них предсказать появление стимулов в предъявляемой последовательности, построенной по определенному правилу. После предъявления задачи проводилось обучение и демонстрировался принцип построения последовательности стимулов. Фиксировалось число правильных предсказаний до и после обучения. У монозиготных (МЗ) близнецов уровень внутрипарного сходства оказался в том и другом случае практически неизменным. У дизиготных близнецов (ДЗ) он существенно вырос и *стал соответствовать уровню сходства у МЗ*. Так, исследователь, не зная, что ДЗ обучались, и сравнивая тесноту связей МЗ и ДЗ, мог сделать следующий вывод: генетический фактор либо не играет существенной роли в проявлении способности к прогнозированию, либо его роль высока и у ДЗ.

РАЗДЕЛ ВТОРОЙ

Стили деятельности человека

Понятие стиля используется во многих научных дисциплинах Говорят, например, о «стиле эпохи», «стиле живописи», «архитектурном стиле», «стиле жизни» и т д В И Моросанова (1998), например, пишет о стилях саморегуляции в произвольной активности человека, выделяя автономный, оперативный и устойчивый, которые основаны на различиях в степени использования и эффективности осуществления планирования, контроля и коррекции В первых двух стилях автор выделяет по два типа саморегуляции, подтверждая существование еще и подстилей, что создает большую степень приспособления деятельности к психологическим особенностям человека и тем самым способствует наибольшему проявлению им своих сильных сторон и нейтрализации слабых

Можно говорить также о стилях поведения и даже о стилях (образе) жизни, но они изучаются значительно реже и не столь активно (см Стиль человека, 1998)

Таким образом, понятие стиля является междисциплинарным, но, несмотря на это, его используют, когда хотят подчеркнуть, чем данное явление отличается от других сходных Следовательно, понятие «стиль» – дифференцирующее Проблема стиля жизни, поведения, деятельности, руководства, общения, познания занимает умы и психологов

С самого начала рассмотрения стилей человека возник вопрос вследствие чего они возникают – вследствие природных предпосылок либо же развития, обучения, воспитания Делались попытки фактически отождествить понятия «стиль» и «индивидуальность» Так, еще в XVIII в французский натуралист Г де Бюффон говорил «Стиль – это человек!» Другие ученые считали такое отождествление недопустимым Они отстаивали точку зрения, что стиль – это формальная характеристика, придающая поведению и деятельности лишь форму, никак не связанную с сущностью личности

С современных позиций очевидно, что истина посередине в стиле находят отражение как объективные, так и субъективные факторы жизни человека Одним из первых понял это Альфред Адлер (A. Adler, 1927), утверждавший стиль жизни формируется в 3–5-летнем возрасте под влиянием различных свойств организма и условий воспитания Однако и этот автор находился под сильным влиянием формулы Бюффона, полагая, что понятия «стиль», «характер» и «личность» одно и то же Более адекватное, соответствующее сегодняшним представлениям, определение стиля дал Г Оллпорт (G Allport, 1937) «Стиль – это характеристика системы операций, к которой личность предрасположена в силу своих индивидуальных свойств»

ГЛАВА 14

Общие представления о стиле деятельности

14.1. Понятие о стиле деятельности

Под **стилем** понимается *система наиболее эффективных приемов и способов организации своей деятельности, некоторая устойчивая система особенностей деятельности и поведения.*

Систематическому исследованию стили деятельности подверглись в работах В. С. Мерлина и его коллег, и прежде всего Е. А. Климова. По Е. А. Климову (1969), проявление стиля деятельности многообразно: это и практические способы действия, и приемы организации психической деятельности, и особенности реакций и психических процессов. Автор отмечает:

> Вообще говоря, под индивидуальным стилем следовало бы понимать всю систему отличительных признаков деятельности данного человека, обусловленных особенностями его личности (с. 47).

Польский психолог Я. Стреляу (1982) тоже характеризует разные стили деятельности соотношением различных действий (преобладанием в ней главных или вспомогательных, дискретных или непрерывных, разнородных или однородных действий). Следовательно, согласно и этому автору, стиль — это совокупность разных действий, их система.

Следует подчеркнуть, что речь идет именно о *системе способов*, а не об отдельных способах, предпочитаемых человеком.

Сказанное, однако, не отрицает существование наряду со стилем деятельности и стиля действий. Говорят, например, о стиле живописи (имея в виду технику письма), о стиле (способе) прыжков в высоту и т. д. Важно только отметить: стиль деятельности и стиль действия могут быть независимыми друг от друга и отражать разные характеристики деятельности. Первый — тактику ее осуществления (это особенно отчетливо видно при изучении стилей спортивной деятельности, где во многих случаях индивидуальная тактика на соревнованиях того или иного спортсмена может целиком зависеть от стиля деятельности, присущего данному спортсмену), а второй — технику ее осуществления.

Об относительной самостоятельности этих двух стилей говорит и тот факт, что одни и те же стили деятельности встречаются у представителей разных профессий и видов спорта, выполняющих принципиально различные действия. Таким образом, стиль действия характеризует выполнение одного и того же действия разными людьми и различными способами, а стиль деятельности — разные комбинации различных действий, отдельные из которых разные люди могут выпол-

нять и одинаковыми способами. Например, все борцы овладевают в принципе едиными технико-тактическими приемами, но борцы атакующего стиля чаще используют атакующие, а оборонительного — защитные приемы.

Тот факт, что одинаковые стили в разных видах деятельности связаны с одними и теми же типологическими особенностями, позволяет думать, что многие стили деятельности отражают *стиль поведения,* который проявляется в деятельности, но не зависит от ее содержания. Поэтому жесткое противопоставление В. С. Мерлиным стиля деятельности стилю личности (если под последним понимать особенности поведения) вряд ли оправдано. Осторожный стиль поведения будет проявляться у трусливого в любой деятельности.

14.2. Факторы, влияющие на выбор стиля деятельности

Особенность подхода пермской психологической школы к изучению стилей деятельности состоит в том, что они увязываются со свойствами нервной системы. Отсюда и длинное название: «типологически обусловленный индивидуальный стиль деятельности». По Е. А. Климову, типологические особенности свойств нервной системы выступают «ядром» стиля. Действительно, во многих работах показано, что склонность к тому или иному стилю деятельности определяется как отдельными типологическими особенностями, так и их сочетанием. Именно типологически обусловленная склонность к определенному способу осуществления деятельности служит первым толчком к стихийному формированию стиля.

До недавнего времени типологические особенности свойств нервной системы рассматривались как единственные детерминанты стиля деятельности. Однако в последние годы, когда стали широко изучаться стили спортивной деятельности, стало очевидным: в двигательной деятельности формирование стиля происходит под влиянием целого комплекса факторов, и не только психологических. Е. А. Климов подчеркивает, что стиль деятельности связан со многими особенностями личности, а не только с типологическими особенностями свойств нервной системы. В. С. Мерлин также отмечает, что индивидуальный стиль деятельности определяется всеми иерархическими уровнями индивидуальности. В частности, во многих исследованиях показана корреляция стилей с тревожностью и волевыми качествами. Имеются исследования, в которых обнаружена связь стилей спортивной деятельности с морфофункциональными особенностями спортсмена, помогающими проявлению либо скоростно-силовых качеств, либо выносливости. В зависимости же от развитости этих качеств спортсмены выбирают тот или иной стиль (например, в велосипедных гонках).

Значит, словосочетание «типологически обусловленный индивидуальный стиль деятельности» целесообразно употреблять не во всех случаях, а только в тех, когда изучается типологическая обусловленность стиля. Надо иметь в виду, что стиль деятельности может формироваться и вопреки имеющимся у человека типологическим особенностям (когда он навязывается или когда формируется в подражание кому-либо).

Выяснение вопроса о том, чем обусловлен стиль деятельности, приводит и к другому вопросу: какие стили изучают психологи — индивидуальные или типические.

Утвердившееся в психологической литературе словосочетание «индивидуальный стиль деятельности» требует, чтобы под ним понималась *индивидуально-своеобразная* система способов, к которым прибегает человек, выполняя ту или иную деятельность. Но фактически изучаются стили, присущие не индивидуальности, а группе людей со сходными типологическими особенностями (стиль подвижных или инертных, слабых по силе нервной системы или сильных и т. д.). И формирование такого стиля у обучающихся отражает применение к ним не принципа индивидуализации, а дифференцированного группового подхода. Поэтому правильнее говорить не об индивидуальном стиле (в тех случаях, когда изучаются типовые стили), а о *типических*, присущих многим, а не одному человеку как индивидуальности. Последняя же скорее реализуется через стили действий, отражающих своеобразную, а порой и неповторимую манеру выполнения той или иной деятельности через своеобразную технику письма, рисования, игры на музыкальном инструменте и т. д.

14.3. Стили деятельности и способности

Относительно соотношения стилей деятельности и способностей существуют различные мнения. В. С. Мерлин рассматривает первые как разновидность проявления вторых. Г. Уиткин (H. Witkin et al.), наоборот, выдвинул пять критериев, по которым отличаются понятия **стиль** и **способность**.

1. Способность рассматривается в связи с содержанием и уровнем выполнения задания; стиль же выступает как способ выполнения задания, т. е. разные стили могут обеспечить одинаково высокую продуктивность исполнения.
2. Способность униполярна; стиль — биполярное образование, причем оба полюса (противоположные стили) выступают как равноценные в плане своих адаптивных возможностей.
3. Способности имеют ценностный контекст (т. е. оцениваются как хорошие или плохие); к стилю же неприменимы оценочные суждения, так как представители каждого стиля имеют преимущества в тех ситуациях, где их типические особенности способствуют более эффективному поведению.
4. Способность изменчива во времени; стиль же является устойчивой характеристикой индивидуума.
5. Способность специфична по отношению к определенной деятельности, а стиль проявляется генерализованно в различных сферах деятельности.

Не со всеми положениями Г. Уиткина следует согласиться (способности возможно также рассматривать биполярно: плохие — хорошие; кроме того, одна и та же способность может проявляться, как и стиль, в разных видах деятельности), но в целом он прав. Стиль может формироваться с учетом способностей человека, содействовать их проявлению, но не подменяет их.

14.4. Виды стилей деятельности

Все виды стилей деятельности можно разделить на *подготовительные* и *исполнительские*. Первые связаны с подготовкой к деятельности, вторые — с ее исполнением.

В лаборатории В. С. Мерлина был выявлен *стиль, отражающий своеобразие соотношений между ориентировочной и исполнительной фазами деятельности* (Л. А. Копытова, 1964; Е. А. Климов, 1969; А. И. Сухарева, 1967; А. К. Байметов, 1967). Стиль деятельности, связанный с тщательным сбором информации, ее систематизацией, с детальным планированием деятельности на основе собранной информации, с обособленностью и большой продолжительностью подготовительных действий, присущ лицам со слабой нервной системой и инертностью нервных процессов. Такие типологические особенности заставляют субъектов тщательно готовиться к деятельности, продумывать все мелочи. Объясняется это тем, что эти люди не любят попадать в неожиданные ситуации, вызывающие у них вследствие инертности нервных процессов затруднение в переключении с одной установки на другую, что приводит к возникновению психического напряжения. Поэтому они стараются провести профилактические мероприятия, действуют по принципу: «семь раз отмерь, один раз отрежь».

У других же наблюдается стиль подготовки к деятельности, связанный с недостаточным стремлением к получению и систематизации информации, с недостаточным планированием деятельности, с обращением основного внимания на исполнение той и исправлению недостатков по ходу ее реализации, а не предупреждением их. Они действуют по принципу «авось да небось». У таких субъектов отмечается сильная нервная система и подвижность нервных процессов. Первая предохраняет человека от страха и растерянности при возникновении в ходе деятельности затруднений, а вторая обеспечивает хорошее переключение с одной ситуации на другую. Такое сочетание силы нервной системы и подвижности обеспечивает решительность, высокий темп деятельности. Не случайно люди, которые отличаются подвижностью нервных процессов, придают большое значение «поворотливости», а лица с инертностью отмечают, что, когда торопятся, работа у них идет хуже (Е. А. Климов).

Исполнительские стили деятельности многообразны и зависят от ее сферы и вида. В области управления различают автократический, демократический и либеральной (попустительский) стили руководства (лидерства), выделенные К. Левиным. В спортивной деятельности выделяют атакующий, защитный, контратакующий и комбинационный стили (в единоборствах), равномерный и неравномерный способ распределения сил на дистанции (в циклических видах деятельности) и др., о чем будет сказано ниже. Имеются разные стили исполнения и разучивания музыкальных произведений.

14.5. Структура стиля деятельности

В некоторых работах структура стиля деятельности, т. е. его компонентный состав, стала представляться неоправданно широко. Так, в нее включают и факторы, определяющие его формирование, в том числе свойства различных иерархических уровней индивидуальности, личностного и нейродинамического уровней: самооценку, установки, общительность, эмоциональность, тревожность, смелость и уверенность в своих силах, напористость, инициативность, бодрость, а подчас и вообще не имеющие никакого отношения к формированию стиля: веселость, активность, завистливость, излишнее самомнение, индивидуализм и т. д. (М. В. Приставкина, 1984; М. Р. Щукин, 1984, 1992).

Увлечение системным и интегральным подходом в изучении индивидуальности приводит к явным перехлестам в понимании структуры стиля деятельности и в конце концов — к искажению сути этого понятия. Например, в работе Б. А. Вяткина и И. Е. Праведниковой (1991) утверждается, что индивидуальный стиль моторной активности является системным образованием и включает в себя компоненты различных уровней моторики: физического развития, физической подготовленности, качественных особенностей движений, их оптимальный состав и эмоциональный компонент (привлекательность тех или иных движений и удовлетворение от их выполнения).

Физическое развитие, физическая подготовленность не могут входить в структуру стиля, так как *не являются ни действиями*, используемыми в том или ином стиле деятельности, ни *способами* их выполнения. Привлекательность определенных движений влияет на их выбор и закрепление в структуре стиля, но опять-таки это не способ выполнения деятельности. Не могут входить в структуру ее стиля и цели деятельности, как то утверждает А. Г. Исмагилова (1991). Называемое автором целями, в реальности — действия (организационные и дидактические), которые преимущественно используются разными учителями при решении задач урока.

Таким образом, хотят того авторы или нет, они в структуре стиля заменяют *систему приемов,* специфичных для данного человека, *системой его личностных особенностей,* т. е. растворяют стиль деятельности в структуре личности.

Формирование определенного стиля обусловливается многими факторами: морфофункциональными особенностями, нейродинамическими особенностями, свойствами темперамента, волевыми качествами, способностями, устойчивостью к неблагоприятным состояниям. При этом у одного человека в качестве ведущих при выборе стиля могут быть одни факторы, у другого — иные. Вместе с тем не следует принимать все особенности личности человека, выбравшего тот или иной стиль, за факторы, его обусловившие, за компоненты его структуры. Надо иметь в виду, что структура стиля поведения не совпадает со структурой стиля деятельности, хотя последний и может находиться под сильным влиянием первого. Это разные уровни жизнедеятельности человека.

Существенное дополнение в понимание структуры стиля деятельности сделал В. А. Толочек (1992). Он показал, что один и тот же стиль деятельности, выбираемый по склонности или в соответствии со способностями данного человека, может быть у разных людей неодинаков по операциональному составу. Так, борцы, отдавшие предпочтение атакующему стилю, реализуют его с помощью разных наборов соответствующих тактико-технических приемов. Это еще раз показывает: исполнительские стили деятельности — прежде всего тактические, а как данная тактика будет воплощаться в жизнь — дело другое; у одного человека набор операций может быть своим, а у другого — своим. Все зависит от многих факторов: конкретных способностей, морфологических особенностей и пр.

14.6. Пути и механизмы формирования стиля деятельности

Существуют два пути формирования стиля — *стихийный* и *целенаправленный.* Первый — формирование стиля под влиянием имеющейся у человека склонности выполнять деятельность какими-либо определенными способами. Индивидуум

выбирает тот или иной способ деятельности, потому что он ему больше нравится. При этом он не в состоянии даже объяснить, почему он предпочел данный способ. Следовательно, это полуосознанный путь формирования стиля.

Второй, целенаправленный путь же существует в трех вариантах. В одном случае человек целенаправленно формирует тот или иной стиль *в силу подражания* своему кумиру. В другом случае он *анализирует свои сильные и слабые стороны*: что ему удается лучше, а что — хуже, и, исходя из такого анализа, выбирает способ деятельности, позволяющий реализовать свои сильные стороны. В третьем случае стиль *навязывается ему педагогом* (наставником на производстве, учителем, тренером). Причем это происходит часто без учета психофизиологических особенностей человека, а просто по принципу «делай, как я» или же согласно существующему на данный момент представлению о том, какой стиль наиболее «прогрессивный» (это отмечается в спортивных играх, где время от времени таковым признается только атакующий стиль). В результате возникает рассогласование между склонностями и способностями человека и тем стилем, который ему навязывается.

В ряде работ показано, что выработка стиля деятельности, неадекватного психофизиологическим особенностям человека, приводит к замедлению роста мастерства (Е. В. Воронин, 1984; Г. Г. Поторока, 1986; А. Р. Ширинов, 1988). Это выражается в худшем усвоении техники, более медленном формировании двигательных навыков, в возникновении неудовлетворенности занятиями данным видом деятельности у новичков, большем времени, затрачиваемом на выполнение требований по разряду у опытных. Кроме того, выполнение деятельности способом, не соответствующим психофизиологической организации человека, приводит к энергетическому удорожанию работы (Г. Г. Илларионов, 1978).

Конечно, сказанное не означает, будто не нужно овладевать другими стилями. Например, выдающиеся спортсмены, предпочитая какой-либо один, отличаются универсализмом, т. е. могут в случае необходимости использовать различные стили в соответствии с наилучшей на данный момент тактикой. Но в то же время на начальных этапах обучения деятельности выгодно формировать адекватный для данного субъекта стиль, так как он приводит к большему эффекту обучения, а следовательно, к большей удовлетворенности выполняемой деятельностью, к уменьшению отсева в секциях, кружках, коллективах, что облегчает и решение воспитательных задач. По мере же формирования стойкого интереса к занятиям данным видом деятельности можно приступать к освоению и других стилей.

Говоря о формировании стиля деятельности стихийным путем и подчеркивая роль в этом склонности, обусловливаемой типологическими особенностями, нельзя не сказать, что последние играют роль и при сознательном формировании стиля самим субъектом, только это влияние опосредуется через способности, с учетом которых человек и выбирает для себя тот или иной стиль. Е. А. Климов отмечает, что в формировании стиля деятельности положительным образом сказывается наличие у человека ярко выраженных качеств (способностей), а В. С. Мерлин относит индивидуальный стиль деятельности к качественной стороне способностей (точнее, возможностей) человека.

14.7. Стиль деятельности и ее эффективность

С первых шагов по изучению стиля деятельности было высказано положение, что он является одним из важнейших механизмов приспособления человека к любо-

му виду деятельности (В. С. Мерлин, Е. А. Климов). Поэтому и одно из дававшихся ему определений отражало эту мысль:

- **Индивидуальный стиль деятельности** представляет систему индивидуально-своеобразных приемов, обеспечивающих успешное выполнение человеком определенной деятельности (Е. А. Климов).

Это значит, что какие бы требования ни предъявляла конкретная деятельность к человеку, он найдет такой способ ее выполнения, который приведет к успеху. Поэтому снималась и проблема отбора для разных видов деятельности: ведь одинакового результата (притом высокого) могут добиться люди с различными типологическими особенностями и способностями; для этого надо только найти рациональный для себя стиль деятельности.

Положительный момент в этих представлениях — то, что путь приспособления человека к деятельности связан, как отмечает В. М. Шадрин (1978), не со стремлением «перевоспитать» свойства нервной системы и тем самым подогнать особенности людей к некоторому единому образцу, а с тем, чтобы, опираясь на ведущие стойкие особенности личности, способствовать формированию таких приемов и способов действий, которые являются оптимальными и соответствуют ее ярко выраженным психофизиологическим особенностям.

Однако идея о том, что стиль приводит к достижению одинаковых результатов разными путями, справедлива только в тех случаях, когда прочие факторы, влияющие на эффективность деятельности, окажутся у людей одинаковыми (прежде всего таковыми должны быть способности). Кроме того, она верна и в случаях, когда деятельность не требует максимального проявления возможностей человека, т. е. осуществляется не в экстремальной ситуации. Но такое в учебной и трудовой деятельности, не говоря уже о спортивной, встречается не всегда.

В спортивной деятельности именно разная выраженность способностей, одаренности обеспечивает разницу в достигаемых результатах, и никакой стиль деятельности не может компенсировать отсутствие способностей. Практика показывает, что одинаковые стили деятельности имеются как у одаренных, так и, бездарных спортсменов. В настоящее время существует уже достаточное количество работ, подтверждающих, что и на производстве люди с разными типологическими особенностями показывают различные производственные результаты (К. М. Гуревич, 1970, 1974; Н. П. Фетискин, 1993; А. И. Фукин, 1995). Очевидно, неслучайно, что в некоторых профессиях люди с большим стажем работы на данном производстве имеют сходные типологические особенности, отвечающие требованиям выполняемой ими деятельности. Например, там, где преобладает монотонный труд, у работниц отмечается инертность нервных процессов, а на производстве, связанном с концентрацией внимания (корректоры типографии), почти все рабочие с большим стажем имеют сильную нервную систему.

Выбираемый в соответствии с психофизиологической организацией человека стиль деятельности в большей степени маскирует имеющиеся у человека слабости, чем их компенсирует. Например, никакой способ раскладки сил на дистанции не спасет спортсмена, если он не обладает высокой скоростью и большой выносливостью. Стиль в данном случае лишь отражение вариации соотношения этих качеств, проявляемых на высоком уровне. Таким образом, он помогает проявиться имеющимся у человека возможностям (конечно, если он адекватный для чело-

века), но не подменяет наличия таковых, которые необходимы, чтобы показать высокий результат. Поэтому и не снимается проблема отбора талантов, которая существует вместе с проблемой стиля деятельности.

Есть виды спорта, в которых спортсмены, склонные к определенному стилю, вообще оказываются «нежизнедеятельными». Лица, склонные к защитному стилю, ведут борьбу на ковре пассивно, за что по правилам соревнований снимаются со схватки. Поэтому их среди спортсменов высокого класса нет, они вынуждены либо уйти из данного вида спорта, либо выработать другой (контратакующий) стиль.

Справедливо ставит вопрос о роли стиля деятельности, определяемого типологическими особенностями свойств нервной системы, Э. В. Штиммер (1975): если уровень способностей зависит от этих типологических особенностей, то не может быть нескольких, одинаково продуктивных стилей (поскольку деятельность требует высокого уровня проявления данной способности, а типология не у всех обеспечивает такой высокий уровень). Однако и абсолютизировать данное положение не стоит, так как оно справедливо лишь в том случае, если эффективность деятельности зависит в основном от одной какой-либо способности или группы родственных способностей (например, скоростных). Как правило, успешность деятельности определяется наличием нескольких ортогональных (т. е. не связанных друг с другом) способностей, поэтому и важно наличие стиля, помогающего проявить в максимальной степени именно высокоразвитые способности.

Не всегда, однако, типологически обусловленный стиль деятельности является оптимальным с точки зрения ее эффективности и на производстве. Например, К. М. Гуревичем (1970) и Р. В. Шрейдер и В. Д. Шадриковым (1976) показано, что лица с преобладанием возбуждения отличаются стилем деятельности, одной из характерных особенностей которого является торопливость, преждевременность действий. Это приводит к несвоевременности выполнения рабочих операций. В связи с этим М. Р. Щукин (1991) говорит о *нерациональных* стилях.

Можно выделить три варианта соотношения между стилем и эффективностью деятельности.

1. Стиль деятельности выбирается по склонности, но вопреки требованиям деятельности; в этом случае он отражает процесс *приспособления деятельности к человеку*. Эффективность таковой может быть низкой.
2. Стиль деятельности выбирается исходя из целесообразности (с учетом требований деятельности и ситуации); в этом случае он отражает *приспособление человека к деятельности*. Эффективность деятельности может возрастать (в основном уже у опытных специалистов), но человек на первых порах испытывает напряжение, дискомфорт, что сказывается на замедлении темпов овладения профессией, двигательными и интеллектуальными действиями. Это бывает, когда стиль навязывается человеку.
3. Стиль деятельности выбирается по склонности и не вступает в противоречие с требованиями деятельности и ситуации. Это оптимальный случай, когда и эффективность деятельности человека высокая, и он работает без лишнего напряжения, в свое удовольствие. Такое бывает, когда стиль выбирается по имеющимся типологическим особенностям и правильным представлениям о характере деятельности.

Несовпадение стилей деятельности у выполняющих совместную деятельность приводит к конфликту и к снижению эффективности работы. Чаще всего это происходит, когда один человек навязывает свой стиль другому без учета склонностей того.

Такие случаи отмечаются, например, при прохождении студентами педагогических учебных заведений практики в школе. Студент часто не приемлет стиль, навязываемый ему учителями. Например, педагог, обладающий сильной нервной системой, «эвристическим» типом активности, т. е. проявляющий спонтанную интеллектуальную инициативу, направленную на поиск новых эффективных способов решения возникающих проблем, будет требовать такого же типа активности от практиканта, у которого нервная система слабая (о чем учитель, естественно, не догадывается). Однако этот студент склонен к «репродуктивному» типу активности, характеризующемуся пассивным, безынициативным приятием в своей деятельности того, что дается инструкцией, правилами. Естественно, он начинает скрыто, а то и явно сопротивляться требованиям куратора. В результате возникает несовместимость в способе деятельности, которая порой перерастает в конфликт. Очевидно, легче процесс обучения студентов на практике в школе протекает в том случае, если психологические и типологические особенности учителя и практикантов окажутся близкими. Тогда у студентов появится как бы предрасположенность для принятия стиля деятельности учителя. Не случайно Н. И. Петрова (1970) установила, что педагогам легче было работать со студентами, сходными с ними по типологическим особенностям.

Аналогичная ситуация может быть между тренером и спортсменом. В. А. Толочек описывает случай, когда борец, имевший слабую нервную систему и подвижность нервных процессов, склонный к контратакующему стилю, принуждался тренером к атакующему стилю, к которому был склонен сам наставник, отличавшийся сильной и инертной нервной системой. На первых порах яркая одаренность спортсмена и методическая грамотность тренера обеспечивали быстрый рост достижений. Однако затем начался «конфликт стилей», который перерос в личностный. Спортсмен ушел к другому тренеру.

ГЛАВА 15

Стили профессиональной и учебной деятельности

15.1. Стили производственной деятельности

Наиболее подробно эти стили деятельности изучены в лаборатории В. С. Мерлина; первыми работами по этой проблеме были исследования Е. А. Климова (1958, 1960), ставшие монографией в 1969 г. Исследователь показал, что ткачихи-многостаночницы, у которых была инертность нервных процессов, чаще прибегают к профилактическим работам, а вот ткачихи, отличавшиеся подвижностью нервных процессов, трудясь в тех же условиях, осуществляли наиболее часто срочные работы. Таким образом, у первых подготовка занимает значительно большее место, чем у вторых.

Это данные послужили поводом для проведения целой серии аналогичных исследований и позволили выделить *два стиля деятельности по соотношению ориентировочных и исполнительных операций.*

Л. А. Копытова (1964) изучила стили деятельности у токарей-наладчиков. Те, у кого была слабая нервная система, стремились в наибольшей степени использовать спокойную ситуацию, когда все станки работают, для профилактических и контрольных действий. Поэтому количество таких действий у них больше, чем у токарей с сильной нервной системой. Благодаря тщательным и заблаговременным контрольным диагностическим и профилактическим действиям эти рабочие компенсируют недостаточную возбудимость внимания при простое станков, когда они замечают это недостаточно быстро. Наладку станков они вели более длительное время и тщательнее, что автор связывает с их большей тревожностью и большей устойчивостью внимания. Они реже отходят от станков даже при бесперебойной работе.

Рабочие с сильной нервной системой чаще отлучаются от станков, так как они менее тревожны. Изменения в работе сразу привлекают их внимание. Они быстрее замечают простой оборудования, быстрее на него реагируют.

В зависимости от соотношения ориентировочных и исполнительных операций находится и соотношение контрольных и собственно рабочих операций. Чем больше ориентировочных действий выполняется до начала деятельности, тем больше контролирующих операций осуществляется во время работы. Это было выявлено М. Г. Субханкуловым (1964) у учеников-токарей по металлу, у которых отмечалась инертность нервных процессов.

Таким образом, можно констатировать, что первый стиль деятельности (тщательное продумывание и подготовка к деятельности) связан со слабой нервной системой и инертностью нервных процессов, а второй — с сильной нервной системой и подвижностью нервных процессов.

М. Коссовска и Е. Нека (M. Kossowska, E. Necka, 1994) выявили, что больше времени на подготовительные действия уходило у людей аналитического склада, в то время как субъекты с холистическим (глобальным) складом тратили больше времени на этапах выполнения задания. Если учесть, что аналитическую стратегию переработки информации предпочитают лица с высоким нейротизмом, а тот связан со слабой нервной системой, мы снова должны заметить: тщательнее готовятся к деятельности лица со слабой нервной системой.

Существуют данные (К. М. Гуревич, 1974; Р. В. Шрейдер и В. Д. Шадриков, 1976), что людям с преобладанием возбуждения характерна торопливость, преждевременность действий. Соответственно второй стиль деятельности может быть связан и с этой, третьей, типологической характеристикой, да и решительность в большей мере проявляется у лиц с преобладанием возбуждения и подвижностью нервных процессов (И. П. Петяйкин).

К этому циклу работ можно отнести и исследование А. К. Гордеевой и В. С. Клягина (1977) о проявлении силы нервной системы в деятельности водителей автобуса. Авторы объясняют меньшую аварийность у водителей, имеющих слабую нервную систему, стилевыми особенностями их деятельности: тщательным планированием и организацией работы, более качественным учетом возможных программ реализации намеченного плана, сочетающимся со значительной углубленностью анализа своих поступков. Значительная часть времени у таких водителей уходит на «проживание, просматривание и проигрывание» вероятных дорожных ситуаций, которая не прекращается и во время вождения автомобиля. Водители с сильной нервной системой пользуются этим приемом реже. Таким образом, слабая нервная система обеспечивает более высокий уровень прогнозирования.

М. Р. Щукин (1977), изучая деятельность токарей и паяльщиков, выявил, что лица с подвижностью нервных процессов проявляют торопливость, а с инертностью — чрезмерную медлительность, у последних наблюдается также обилие повторных движений.

Детальному рассмотрению стиль деятельности токарей, различающихся по силе нервной системы, подвергся в исследовании И. Данча (1974). При планировании операций люди с сильной нервной системой были более активны, выделяли больше операций, зато у лиц со слабой нервной системой оказалось больше запланированных мер безопасности. У первых при выполнении простой, знакомой работы отмечалось больше ручных подач и смен скоростей, у вторых — количество замеров и машинных подач. Допуски «слабых» близки к точным размерам, а минусовые допуски «сильных» приближаются к критическому пункту указанного в инструкции размера.

В серийной повторяющейся работе по общей дневной производительности обе группы не различаются, но среднее время ручной обработки поверхности детали, число остановок станка в целях замера, число замеров у «слабых» больше.

При сменной продукции различий по дневной выработке между «сильными» и «слабыми» также нет, однако у первых число остановок для замера и самих заме-

ров было бóльшим, в то время как у вторых бóльшим было время переустановок станка. Качество поверхности оказалось лучшим у «сильных».

Эти данные показывают, что по предварительному планированию, контролю и исполнительному действию и точностным показателям между токарями с сильной и слабой нервной системой очевидны различия. Слабые активнее планируют меры безопасности, сильные — активную работу на станке. Большая осторожность слабых проявляется и в более частых замерах, склонности к плюсовым допускам. Однако это говорит и об их большей тщательности. Самые критические операции по окончательному оформлению поверхности деталей «слабые» чаще проводят ручным способом. Изменение привычных и повторяющихся условий работы частыми сменами продукции несколько дезорганизует их трудовую деятельность: преимущество в гностических действиях приводит к отставанию от «сильных». Время переустановок станка у «слабых» продолжительнее, они неохотно используют глубокое резание, чтобы выиграть время из-за осторожного обращения со станком; если же времени для длительных ручных доработок качества поверхности не остается, это качество ухудшается.

Токари, обладающие сильной нервной системой, характеризуются большей инициативой в ситуации и более смелой стратегией действия. Они измеряют не так часто, реже останавливают станок для получения дополнительной информации о размерах, но частая смена не суживает их гностическую деятельность. Такие работники планируют большее число производственных операций (выделяя иногда и части каких-то отдельных операций), но не очень заинтересованы в припоминании мер безопасности.

Всякие подсобные операции по переустановке станка «сильные» проводят увереннее и быстрее, при возможности берут бóльшие глубины подачи, не стремятся к ручному оформлению внешности деталей, выполняют на станке тонкую, критическую работу. Активное чередование ручных и машинных подач не снижает их внимания к качеству работы и в условиях смены изделий.

По точностным показателям для токарей с сильной нервной системой характерны минусовые допуски, они чаще и значительнее переходят за пределы точных размеров, оставаясь в рамках допущенных величин. Активизация возможностей в условиях повышенной ответственности не снижается. У этих токарей навыки выполнения на станке тонких операций более развиты и действенны, так как на этапе обучения они не боялись ошибок.

Стилевые особенности сказываются в динамике производительности труда в течение смены и в проявлении работоспособности, саморегуляции.

Н. И. Семененко (1976) было рассмотрено, какие типы управления сосредоточенностью произвольного внимания существуют у рабочих-станочников. Первый тип («переменный») характеризовался способностью быстро менять в зависимости от характера операции уровень сосредоточенности внимания. Такие станочники довольно быстро достигают в начале работы достаточно высокого уровня внимания. Во время сложной операции могут усилить его концентрацию, а затем, при упрощении операции, ослабляют его (т. е. обладают лабильным вниманием). Эти рабочие имеют относительно меньшую силу нервной системы.

Второй тип управления сосредоточенностью произвольного внимания («неоднородный») характеризуется длительным сохранением определенного уровня сосредоточенности внимания, а к более сложным операциям рабочие, показыва-

ющие такой тип, подготавливают свое внимание заблаговременно. Для них характерна несколько большая сила нервной системы.

Третий тип («единообразный») отличается тем, что, доведя сосредоточенность до определенного уровня, рабочие стремятся сохранить его на протяжении всей смены. У них отмечается инертное внимание, которое не ослабляется, даже если это можно сделать. Рабочие этого типа имеют самую большую силу нервной системы.

В исследовании В. П. Мерлинкина и А. И. Фукина (1975) выявлена связь силы нервной системы и лабильности с динамикой (кривой) производительности труда в течение рабочей смены. Лица со слабой и средней силой нервной системы начинают рабочий день с низкой работоспособности, не достигающей 100%-й отметки производительности труда. Лица с сильной нервной системой приступают к работе с высокой работоспособностью и плавно ее увеличивают до обеденного перерыва. У лиц со слабой и средней силой нервной системы высокая работоспособность появляется лишь ко второму часу работы.

Группа рабочих, демонстрирующих высокую лабильность, начинала рабочий день на низком уровне, и так продолжалось до обеда; кривая производительности труда, даже в фазу высокой работоспособности, не достигала заданного норматива. Группа же, характеризующаяся низкой лабильностью, показывала уже в начале рабочего дня высокий уровень и ко второму часу работы превышала норматив. К обеду производительность труда снижалась незначительно.

Польские психологи Я. Стреляу и А. Краевский (1974), изучая стиль деятельности водителей автотранспорта, имеющих сильную и слабую нервную систему, показали, что вторые в отличие от первых больше времени уделяли техобслуживанию и уходу за машиной, стремились к менее опасной и утомительной работе, ездили с меньшей скоростью.

15.2. Стили педагогической деятельности

В ряде исследований выявлено, что люди с педагогической направленностью чаще всего имеют слабую нервную систему. По данным Н. А. Аминова и И. В. Тихомировой (цит. по Э. А. Голубевой, 1993), студенты педагогического института, отличающиеся слабой нервной системой, имеют более выраженные педагогические способности. А. С. Молчанов и Н. А. Аминов (1988) установили, что слабость и лабильность нервной системы представляют благоприятное сочетание и выступают природной предпосылкой к проявлению учителями социально-перцептивных способностей, а это отражается в адекватном восприятии проблемных ситуаций в сфере субъектно-субъектных отношений.

Связано это также и с тем, что лица со слабой и лабильной нервной системой лучше учитывают знак эмоций, т. е. принадлежность тех к числу положительных или отрицательных. Кроме того, слабость нервной системы связана с высокой тревожностью субъектов, а последняя выступает причиной, облегчающей вербализацию, в процессе которой происходит не только идентификация внешних и внутренних событий, их называние, но и осуществляется причинное истолкование (Н. А. Аминов, В. Н. Азаров, 1991).

В то же время успешность организаторской деятельности педагогов, по данным Т. Ф. Цыгульской (1983), связана с сильной нервной системой.

Вообще же деятельность учителей разнообразна, в ней проявляются самые разные способности, которые зависят от различных типологических особенностей. Учет последних важен при формировании стилей деятельности педагогов.

Как отмечает С. В. Субботин (1987), положение, согласно которому в различных видах деятельности у разных людей присутствует либо исполнительский (с преобладанием главных действий), либо ориентировочный (с преобладанием вспомогательных действий) стиль деятельности, оказалось не совсем приемлемым для труда учителя. Благодаря так называемой «зоне неопределенности», присущей педагогической деятельности, т. е. свободе выбора и использования способов действия, в работе учителя появляется возможность использовать только исполнительский стиль деятельности. Благодаря использованию специфических главных действий можно понизить удельный вес вспомогательных. Однако и в этом случае автор обнаружил две разновидности исполнительского стиля.

Первая, характерная для лиц с высокой реактивностью, высокой активностью, пластичностью, высокой эмоциональной возбудимостью, экстравертированностью, отличалась рядом особенностей, к которым относятся:

- меньшая протяженность этапов урока;
- последовательность их реализации — от более трудных (с точки зрения деятельности учителя) к более легким;
- меньшая самостоятельность учащихся на уроке;
- занижение роли технических средств обучения;
- дистантное и контактное расположение этапов урока, объединенных сходным лексическим или грамматическим материалом.

Вторую разновидность исполнительского стиля педагогической деятельности, характерную для учителей с противоположными типологическими особенностями личности (низкой активностью, низкой реактивностью, ригидностью, низкой эмоциональной возбудимостью, интровертированностью), характеризуют:

- бóльшая протяженность этапов урока;
- последовательность их от более легких к более трудным;
- бóльшая самостоятельность учащихся на уроке;
- использование технических средств обучения;
- доминирование «заготовок»;
- преимущественно контактное расположение этапов урока, объединенных сходным лексическим или грамматическим материалом.

Выделяются и другие стили деятельности учителей. А. К. Маркова и А. Я. Никонова (1987) разделили их на четыре вида.

1. *Эмоционально-импровизационный.* Учитель ориентируется преимущественно на *процесс* обучения, потому отбирает для урока наиболее интересный материал, а наименее интересный (хотя и важный) часто оставляет для самостоятельной работы учащихся. Ориентируется в основном на сильных учеников, практикует коллективные обсуждения, использует разнообразные методы обучения. Однако у него страдает методическая сторона обучения, он плохо заботится о повторении и закреплении пройденного материала, о контроле за знаниями учащихся. Его деятельности присущи не только гибкость, но и импульсивность.

2. *Эмоционально-методический.* Учитель ориентирован как на *процесс*, так и на *результат* обучения. Поэтапно отрабатывает весь учебный материал, заботится о повторении и закреплении его, контролирует знания учащихся. Деятельность педагога характеризуется высокой оперативностью (быстрой реакцией на ситуацию). Стремится активизировать деятельность учащихся не внешней развлекательностью, а содержанием предмета.
3. *Рассуждающе-импровизационный.* Сходен с предыдущим стилем, но характеризуется меньшей изобретательностью в варьировании методов обучения; учитель не всегда использует коллективные обсуждения, темп проведения урока замедлен. Сам педагог старается говорить меньше, а во время опроса дает возможность учащимся подробно ответить на заданный вопрос. Для этого учителя характерна меньшая чувствительность к изменению ситуации на уроке, не выражено самолюбование, он осторожен, в нем сочетаются интуитивность и рефлексивность.
4. *Рассуждающе-методический.* Учитель ориентирован преимущественно на *результат* обучения. Он проявляет консервативность в использовании средств и способов педагогической деятельности. Строгая методичность сочетается у него с малым набором стандартных методов обучения. Этот учитель предпочитает репродуктивную деятельность учащихся, к коллективным обсуждениям почти не обращается. Он неоперативен в реакциях на изменение ситуации на уроке, осторожен в своих действиях, рефлексивен.

В. Н. Келасьев (1971) обнаружил различия в поведении мастеров профтехучилищ в зависимости от экстраверсии — интроверсии. Экстраверт применяет прямой, непосредственный контроль над деятельностью и поведением учащихся, группа все время подвергается активному воздействию с его стороны. Основой такого рода управления служит высокая потребность в общении и двигательной активности мастера. У интровертов момент непосредственного взаимодействия хуже, но конечных результатов они достигают тех же. Причина этого состоит в том, что мастера-интроверты тщательнее планируют организацию учебного процесса и воспитательных воздействий, уделяют большее внимание воздействию на учащихся разных опосредованных методов.

Им показано также, что учителя, которым присуща высокая тревожность, более отзывчивы к потребностям и интересам учащихся.

Обобщая ряд исследований, посвященных выраженности того или иного стиля деятельности у учителей с разными типологическими особенностями проявления свойств нервной системы, можно выделить стили, характеризующие подготовку к уроку, стили побуждения учащихся к учению, стили подачи учебного материала, стили руководства, стили оценивания знаний и т. д.

Стили деятельности, характеризующие подготовку учителей к уроку. Существуют два стиля, сходных с ориентировочным и исполнительным, выявленных в производственной деятельности. Одни учителя уделяют большое внимание детальной разработке плана урока, тщательно продумывают средства решения задач, которые планируются на урок. Такие учителя составляют подробный план-конспект урока, который стремятся тщательно соблюдать на самом занятии. В основном это люди с инертностью нервных процессов, ригидностью установок, слабой нервной системой. Тщательную подготовку к уроку такие педагоги проводят не столько от сознания необходимости выполнить инструкцию, сколько от жела-

ния предупредить неожиданности на уроке, так как, попадая в неожиданные и сложные ситуации, плохо справляются с возникающим психическим напряжением, теряются и могут потерять нить управления уроком. Поэтому выбираемый ими стиль подготовки служит своеобразным способом компенсации их слабых сторон.

Другие учителя не столь осторожны и консервативны, они не уделяют столько времени подготовке к уроку, не продумывают тщательно средства решения учебно-методических задач, не любят составлять подробные планы-конспекты. Они предпочитают импровизировать, урок проводят «на волне настроения», живо. Это обусловлено тем, что у них ярко выражены сила и подвижность нервной системы, которые способствуют быстрой ориентировке в новой ситуации и устойчивости к психическому напряжению. Вследствие этого такие учителя не боятся неожиданностей, которые могут возникнуть на занятиях, не теряются, быстро изменяют план урока и заменяют то или иное средство решения задачи. Правда, если учитель бывает несобранным, это оборачивается некоторой сумбурностью проведения урока.

Стили побуждения учащихся к учению. *По способам* побуждения учащихся к учению педагогов можно также разделить на две группы. Составляющие первую (субъекты со слабой нервной системой и подвижностью нервных процессов) используют в качестве такого побуждения по преимуществу логическое объяснение учебного материала, умело ставят познавательные задачи и создают проблемные ситуации. В меньшей степени они прибегают к требовательности, занимательности, игре. Учителя второй группы (с сильной нервной системой и инертностью нервных процессов) отдают распоряжения строгим голосом, дисциплинирующие воздействия у них однообразны. Они в большей мере, чем их коллеги из первой группы, контролируют действия учащихся. Эти учителя тяготеют к привычным условиям проведения урока. Обеспечивают хорошую организацию занятия и дисциплину учащихся.

Образующие первую группу проводят опрос учащихся оперативно, по ходу ответа исправляют неточности, прерывают ученика, активно включаются в ответ. Педагоги из второй группы создают спокойную обстановку опроса, редко вмешиваются в ответы, позволяют ученикам высказаться полностью. Первые стараются избегать конфликтов с учащимися, направляют усилия на предупреждение нарушений дисциплины, а в случае их появления не акцентируют на них внимание.

Стили подачи учебного материала. Учителя по-разному подают учебный материал, особенно теоретические сведения. Обладающие слабой нервной системой и инертностью нервных процессов стремятся создать полную ориентировочную основу деятельности не только у себя (в процессе подготовки к уроку), но и у учащихся. Поэтому вводная часть посвящена подробному объяснению темы урока. Ошибки, допущенные учениками, не просто констатируются, а анализируются с четким указанием путей их исправления. Благодаря тщательной подготовке к урокам, умению работать индивидуально с каждым учащимся учителя этого типа добиваются большой плотности урока. Недостатком такого стиля оказываются затягивание объяснений, педантичность в исполнении намеченного, что вызывает определенную «сухость» изложения материала.

Учителя с сильной нервной системой и подвижностью нервных процессов меньше времени уделяют предварительным пояснениям и созданию ориентиро-

вочной основы деятельности, часто пояснения дают по ходу выполнения задания. Учебный материал излагается ими более живо, эмоционально. Однако недостатками такого стиля выступают импульсивность поведения учителя, нетерпеливость, порой торопливость. Все это компенсируется гибким использованием разнообразных педагогических воздействий и приемов, способностью педагога с ходу мобилизовать свои знания и умения, оперативно обдумывать складывающуюся ситуацию и творчески ее решать, т. е. мобильностью и активностью учителя.

Часто у учителей встречается смешанный стиль подготовки и проведения урока, поскольку у них имеются типологические особенности, с одной стороны, обусловливающие склонность к одному стилю деятельности, а с другой — к совершенно иному (например, сочетание слабой нервной системы с подвижностью нервных процессов, или сочетание сильной нервной системы с инертностью нервных процессов, или средняя выраженность того и другого свойства).

Особенности стиля преподавания у учителя с высокой тревожностью и заниженной самооценкой таковы (Р. Камминс [R. Cummins, 1969]):

- использование любой возможности, чтобы занять учащихся, не позволить им расслабиться;
- отрицательное отношение к тем учащимся, которые не проявляют к учителю симпатии;
- использование в качестве стимула к учебе чувства вины учащегося за его промахи;
- построение обучения на основе конкурентной борьбы;
- допущение возможности использования учащимися шпаргалок и подсказок во время экзамена;
- беспрерывное напоминание ученикам о суровой реальности взрослой жизни.

Этот стиль близок к авторитарному стилю руководства.

В известной мере обобщенными стилями деятельности учителей, характеризующими подготовку и проведение урока, являются стили, выделенные Н. И. Петровой (1970) и З. Н. Вяткиной (1976): *организационно-коммуникативный*, *конструктивно-организационный*, *конструктивно-коммуникативный*.

Организационно-коммуникативный стиль (по З. Н. Вяткиной), соответствующий стилю деятельности «подвижных» у Н. И. Петровой, присущ лицам с сильной нервной системой и подвижностью нервных процессов. Он характеризуется склонностью учителей к импровизации, использованию разнообразных методических приемов обучения и способов педагогического воздействия, экспромтами и непринужденностью в общении. Педагоги прибегают к помощи юмора, мимики. Однако они мало внимания уделяют профилактике дисциплинарных нарушений, отмечается и неравномерность тона обращений.

Конструктивно-организаторский стиль, свойственный учителям с сильной и инертной нервной системой («инертные» учителя у Н. И. Петровой), характеризуется заблаговременной и тщательной подготовкой к урокам, соответствием проводимого занятия намеченному плану, равномерным темпом проведения урока, заблаговременной организацией учащихся и предупредительным дисциплинированием их, однообразным и устойчивым репертуаром дисциплинарных воздействий, ровным, преимущественно спокойным тоном обращений к учащимся.

Конструктивно-коммуникативный стиль присущ учителям со слабой нервной системой. Он во многом схож с предыдущим стилем: та же тщательность подготовки к урокам, соответствие его намеченному плану, повышенное внимание к организации класса в начале занятия, предупредительное дисциплинирование, ровный, спокойный тон обращений. Отличие же состоит в интенсивном деловом общении, широком использовании системы индивидуальных заданий и поручений, обдуманных взаимоотношениях с учащимися.

15.3. Стили спортивной деятельности

Эффективность спортивной деятельности, помимо ее выбора в соответствии с типологическими особенностями, влияющими на способности и склонности, зависит и от того, какой стиль деятельности сформируется у спортсмена.

Стили спортивной деятельности, как и других видов деятельности, можно разделить на подготовительные и исполнительские. Последние связаны с тактикой ведения борьбы на соревнованиях, поэтому их можно считать и тактическими. Впрочем, всю тактику они не охватывают. Она гораздо богаче, гибче, связана с конкретными условиями соревнований, соперником и т. п., в то время как стиль деятельности характеризует устойчивые склонности человека выполнять деятельность теми или иными способами. Поэтому часто использование «своего», «удобного»» стиля делает спортивное единоборство тактически бедным, прямолинейным.

Выделяется несколько подгрупп исполнительских стилей.

Стили деятельности, связанные с распределением сил на дистанции. Существуют три предпочитаемых («удобных») способа раскладки сил на дистанции: равномерный; с более быстрым прохождением первой половины дистанции; с более быстрым прохождением второй половины дистанции.

Первый стиль в основном присущ спортсменам с монотонофильным типологическим комплексом, т. е. устойчивым к действию монотонности (слабая нервная система, инертность нервных процессов, преобладание торможения по «внешнему» балансу и возбуждения по «внутреннему»).

Второй стиль характерен для лиц со спринтерским типологическим комплексом (слабая нервная система, подвижность нервных процессов, уравновешенность или преобладание возбуждения по «внешнему» балансу). Такие спортсмены, используя свою быструю врабатываемость, т. е. достижение пика работоспособности за короткое после начала работы время, и скоростные качества, стремятся с самого начала оторваться от группы, сделать своеобразный задел перед концом забега или гонки, так как не обладают высокой степенью терпеливости и поэтому на хороший финиш им рассчитывать не приходится.

Третий стиль, наоборот, присущ спортсменам с типологическим комплексом терпеливости. Они недостаточно быстро втягиваются, начинают гонку не торопясь, но свое отставание стараются компенсировать на второй половине дистанции за счет терпения, позволяющего поддерживать длительное время на финише высокую скорость (Г. Г. Илларионов, 1978).

Определение стилей деятельности, связанных с распределением сил на дистанции, касается более общего вопроса — динамики работоспособности спортсменов с различными типологическими особенностями. Это видно из данных, полу-

ченных с привлечением представителей игровых видов спорта — баскетболистов и волейболистов. Игроки, обладающие подвижностью нервных процессов и слабостью нервной системы, эффективнее действуют в начале тайма или партии и хуже проводят концовки. Это связано, с одной стороны, с их более быстрой врабатываемостью, а с другой — с меньшей возможностью сопротивляться усталости в конце части или всей игры.

Спортсмены с сильной нервной системой и инертностью нервных процессов, наоборот, лучше проводят концовки таймов и матчей и хуже — начало игры. Они медленнее втягиваются в работу, но могут лучше мобилизоваться в финале (В. П. Жилкин и др., 1975; Е. П. Ильин и Н. А. Рыбакова, 1979).

Аналогичные данные получены и относительно прыгуний в высоту (М. Ю. Козьминых, 1997): у «подвижных» короче время разминки, чем у инертных (соответственно 21 и 32 мин). У лиц со слабой нервной системой в первой части занятия обнаруживается высокая моторная плотность, а во второй части она снижается на 10%, и эти спорстменки все чаще пользуются паузами для отдыха (у спортсменок со средней силой нервной системы такого снижения не происходит).

Это возможно объяснить результатами исследования, выполненного М. А. Плачинта (1978а, б). Нетренированные мужчины в разных опытах получали на велоэргометре нагрузку четырех интенсивностей: максимальную (работали до отказа), субмаксимальную, половину и четверть от максимальной. У испытуемых с сильной нервной системой выделение адреналина и норадреналина прогрессивно возрастало с увеличением нагрузки, достигая максимума при работе до отказа, намного превосходя этот уровень у лиц со слабой нервной системой. У последних повышение экскреции этих гормонов имело место только при самой слабой нагрузке и при нагрузке, равной половине от максимальной. При дальнейшем усилении нагрузки концентрация обоих гормонов снижалась до нормы (при субмаксимальной нагрузке), а при максимальной даже становилась меньше нормальной.

Тренерам целесообразно учитывать и то обстоятельство, что одни спортсмены показывают большую эффективность, если они «начинающие», а другие — когда оказываются в роли «догоняющих». Первым чаще присуща слабая нервная система и подвижность нервных процессов, вторым — сильная нервная система и инертность нервных процессов. Это связано с тем, что знание результата соперника первых угнетает, вызывает у них неуверенность, а вторых мобилизует, «заводит», у них возникает желание превзойти результат соперника.

В зависимости от складывающихся во время матча ситуаций и тактических задач тренер может варьировать составом находящихся на площадке игроков, делая ставку на наиболее эффективных на данном отрезке игры спортсменов. Ему также следует требовать от игроков, для которых характерна инертность нервных процессов и сильная нервная система, чтобы они проводили перед игрой более длительную разминку, а к началу матча были максимально готовы не только психологически, но и функционально.

Стили деятельности, характеризующие предпочитаемую тактику ведения спортивных единоборств. В боксе, фехтовании, борьбе, теннисе выделены атакующий, контратакующий, защитный и комбинационный стили ведения спортивных поединков.

Атакующий — более прямолинейный в тактическом отношении, связанный с навязыванием сопернику своей тактики, с подавлением его инициативы, — более

присущ спортсменам с сильной нервной системой, инертностью возбуждения и преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу. Защитный стиль, выражающийся в сведении риска до минимума, в использовании главным образом защитных приемов (дальняя стойка от стола в настольном теннисе, игра на задней линии без выходов к сетке — в большом теннисе и т. п.), в большей мере характерен для спортсменов со слабой и инертной по возбуждению нервной системой, подвижностью торможения и преобладанием его по «внешнему» балансу. Значит, у них имеется типологический комплекс, способствующий проявлению боязливости, нерешительности. Риску они предпочитают надежность действий, их точность (Е. В. Воронин, 1984; Е. П. Ильин и Н. С. Драчук, 1974).

Анализ соревновательной деятельности фехтовальщиков посредством комплекса педагогических наблюдений, самооценки спортсменов и расчета коэффициента активности их боевой деятельности позволил выделить четыре типовых варианта стилей деятельности: позиционно-наступательный, маневренно-наступательный, маневренно-оборонительный и позиционно-оборонительный.

Позиционно-наступательный стиль характеризуется преобладанием двигательной активности над способностью к саморегуляции и контролю. В действиях фехтовальщиков этого стиля ведущую роль играют быстрота простых нападений и выбор, а также точность антиципации.

Маневренно-наступательный стиль характеризуется высоким уровнем двигательной активности и саморегуляции. Это способствует более вариативному общению с противником в поединке. В действиях фехтовальщика этого стиля первоочередное значение имеет быстрота и адекватность действий с выбором и переключением. Важную роль играет точность пространственно-временной антиципации, способность прогнозировать действия противника.

Маневренно-оборонительный стиль характеризуется наличием более высокого уровня саморегуляции, что способствует выбору оборонительных и наступательных действий в равной мере при вариативном общении противников в поединке. В действиях фехтовальщиков этого стиля сочетается адекватность двигательного реагирования в условиях многостимульного выбора с постоянным вероятностным прогнозированием. Они отдают предпочтение интуитивной оценке ситуации и вступают с противником в рефлексивную игру.

Позиционно-оборонительный стиль характеризуется преобладанием саморегуляции и контроля над двигательной активностью. Деятельность фехтовальщиков этого стиля характеризует склонность к предугадыванию действий соперника, которая влияет на адекватность двигательных реакций и вероятностного поведения (Б. В. Турецкий, 1991, с. 120–121).

Контратакующий стиль по существу является разновидностью защитного (в борьбе, например, чисто защитный стиль исключается, так как за пассивное выжидание борца могут дисквалифицировать), поэтому и типология спортсменов, выбирающих этот стиль, соответствует или близка защитному стилю (В. А. Толочек, 1992; Г. Г. Поторока, 1986; А. Р. Ширинов, 1988).

Другие стили. В художественной гимнастике выделяются:

- артистический стиль (присущ гимнасткам со слабой нервной системой и связан с направленностью спортсменок на выражение в движениях особенностей музыкального произведения, навеваемого им образа);
- технический стиль (характерен для гимнасток с сильной нервной системой и уравновешенностью нервных процессов; связан с направленностью на технически грамотное и виртуозное выполнение движений);
- композиционный стиль (выражен у гимнасток с сильной нервной системой и связан с гармоничностью программы выступления, оригинальностью включаемых в нее элементов) (М. В. Приставкина, 1984).

Стилевые особенности найдены и в игре баскетболистов. Так, игроки с типологическим комплексом решительности чаще бросают мяч по кольцу со средней и длинной дистанции, а баскетболисты с типологическим комплексом нерешительности чаще совершают броски с ближней дистанции. Первые, кроме того, чаще делают острые и результативные передачи (Ю. В. Лубкин, 1987).

Различные стили деятельности обнаружены у гребцов. Одни достигают наивысшей скорости хода лодки за счет больших усилий (при оптимальном темпе гребли), а другие — за счет максимальной частоты гребков (Ю. А. Дольник, П. А. Зайцев, 1977). Установлено, что для первых более характерны инертность возбуждения и торможения, преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу, а торможения — по «внешнему», т. е. монотонофильный типологический комплекс. Вторым более присущи подвижность возбуждения и торможения и преобладание возбуждения или уравновешенность по «внешнему балансу», т. е. те типологические особенности, которые связаны с максимальным темпом движений. И тем и другим свойственна слабая нервная система, но она выполняет разные функции: у «темповиков» способствует высокому темпу гребли, а у «силовиков» — устойчивости к монотонности.

Различающиеся стили деятельности также обнаружены и у велогонщиков-трековиков, специализирующихся в спринте. Одни велосипедисты предпочитают вести гонку впереди (с первой позиции), другие — сзади (со второй позиции). Первую позицию предпочитают гонщики с высокой стартовой скоростью, и у них, как показано Г. Г. Илларионовым, имеется скоростной типологический комплекс (слабая нервная система, подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения по «внешнему» балансу). Вторую позицию выбирают велогонщики, обладающие скоростной выносливостью, поэтому у них чаще обнаруживаются типологические особенности, обусловливающие терпеливость (сильная нервная система, преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу).

Подвиды стилей. Установлено, что стили реализуются в различных манерах, или подвидах. У артистического стиля гимнасток — свои подвиды: героико-драматический, присущий спортсменкам со слабой нервной системой и сдвигом баланса нервных процессов в сторону возбуждения, и лирико-романтический, характерный для гимнасток со слабой нервной системой и сдвигом баланса в сторону торможения. У борцов в атакующем стиле выделены силовой и темповой подстили. Первый присущ атлетам с большой физической силой, второй — с хорошей выносливостью. Впрочем, такие подстили свойственны и контратакующему стилю, поэтому правильнее, очевидно, говорить о смешанных стилях — атакующе-силовом, контратакующем силовом, атакующе-темповом и контратакующем темповом.

Спортсмену небезразлично, какой стиль деятельности хочет у него сформировать тренер. Формирование вопреки имеющимся у него типологическим особенностям и склонности к тому или иному стилю (т. е. «чужого» стиля) не проходит для спортсмена бесследно. Выполнение деятельности «чужим» стилем энергетически обходится дороже (Г. Г. Илларионов), замедляется освоение технико-тактических приемов (А. Р. Ширинов), а это ведет к тому, что подопечный выполняет спортивные разряды на 2–3 года позже, чем спортсмены, у которых сформирован свой стиль.

Нельзя не учитывать и того, что формирование стиля против желания спортсмена приводит к снижению интереса к тренировкам, создает у него впечатление о своей бесталанности и в конце концов понуждает уйти из спортивной секции. Поэтому на первых этапах овладения мастерством целесообразно содействовать сложению того стиля, к которому стремится сам спортсмен, и лишь на этапе высокого мастерства разучивать тактические действия, связанные с «чужим» стилем, добиваясь технико-тактической универсальности спортсмена.

О целесообразности такого подхода в обучении спортсменов свидетельствуют и другие данные.

В. П. Мерлинкин (1968) выделил две группы спортсменов: одна с высокими показателями быстроты, слабой нервной системой и высокой лабильностью, другая — с высоким уровнем силы и выносливости, большой силой нервной системы и низкой лабильностью.

В условиях соревнований изучалась эффективность действий тех и других. Установлено, что она была выше, когда спортсмены использовали действия, связанные с наиболее развитым качеством. Когда же спортсменам предложили использовать действия, не соответствующие ведущему качеству, т. е. «силовики» должны были проявлять скоростные качества, а «скоростники» — силовые, эффективность действий и психическое состояние испытуемых ухудшились. Это показывает, что типологически обусловленные формы действий для спортсменов удобнее, комфортнее. Следовательно, эффективность деятельности может определяться имеющимися у спортсменов стилями деятельности.

По данным В. А. Толочека (1992а), у тренеров с сильной нервной системой чаще достигали успеха юные ученики с такой же типологической особенностью, а у тренеров со слабой нервной системой чаще добивались высоких результатов юные спортсмены со слабой нервной системой (в пропорции 2:1 и даже 3:1). Опрос заслуженных тренеров страны показал: у наставников с сильной нервной системой преобладали выдающиеся ученики тоже с сильной нервной системой, у тренеров со слабой нервной системы по преимуществу в подопечных были выдающиеся ученики со слабой нервной системой. Причем первые тренеры предпочитали атакующий стиль, и он же был у большинства их известных учеников, а вторые тренеры — контратакующий стиль, который предпочитали и большинство их учеников (тоже имевших слабую нервную систему).

Таким образом, вопрос о стиле деятельности перерастает в проблему совместимости педагога и ученика, тренера и спортсмена. Из психофизиологической она становится социально-психологической.

Стили спортивного судейства и типологические особенности судей. Ряд пунктов правил в спортивных играх позволяет судьям трактовать их по-разному, т. е. одну и ту же ситуацию судья может расценивать либо как отсутствие нарушения правил игроком, либо как нарушение правила. Поэтому и говорят о «строгих» и «мягких» судьях. Как установлено А. И. Горбачевым (1973), такая строгость или мягкость обусловлена личностными и типологическими особенностями.

«Строгим»» судьям большая сила нервной системы и преобладание возбуждения по «внешнему» балансу присущи чаще, чем судьям с «мягким», либеральным судейством, для которых более характерны слабая нервная система и преобладание торможения по «внешнему» балансу. Это значит, что «строгие» судьи имеют типологические особенности, характерные для спортсменов атакующего (агрес-

сивного) стиля ведения поединка, а «мягкие» — два типологических признака, входящих в типологический комплекс трусливости. Очевидно, либерализм последних связан с тем, что они боятся наказывать, дабы не создавать конфликтную ситуацию, которой стараются избегать.

15.4. Стили деятельности музыкантов-инструменталистов

Стиль исполнительской деятельности музыкантов-инструменталистов также находится под влиянием типологических особенностей проявления свойств нервной системы. Поскольку лица со слабой нервной системой обладают большей абсолютной чувствительностью, чем лица с сильной нервной системой, они в исполнении тяготеют к детализации и эмоциональной тонкости. Для вторых же характерно более масштабное и менее детализированное исполнение.

Музыкантам с инертностью нервных процессов ближе произведения, содержащие более крупные «блоки» музыкальной информации. Музыкантам же, отличающимся подвижностью нервных процессов и быстротой переработки информации, доступнее произведения, состоящие из более мелких «блоков».

Обладающим слабой нервной системой лучше удаются миниатюры и пьесы, требующие тонкости и детализации, а сильной нервной системой — масштабные сложные произведения, что следует учитывать при выборе музыкантами репертуара.

15.5. Стили учебной деятельности

Разнообразная по содержанию и сложности умственная учебная деятельность приводит к появлению различных стилей интеллектуальной деятельности. Так, Ю. Н. Кулюткин и Г. С. Сухобская (1971) выделили три стиля эвристической деятельности:

1) мыслительный поиск, характеризующийся риском (выдвигаются смелые, не всегда обоснованные гипотезы, от которых быстро отказываются);
2) осторожный поиск (тщательно взвешивается каждое из оснований, проявляется высокая критичность, наблюдается замедленность продвижения в построении гипотезы);
3) выдвижение гипотез достаточно быстрое и обоснованное.

Авторы показали, что быстрота и легкость выдвижения гипотез зависит от силы нервной системы и преобладания возбуждения над торможением (заметим, что обе эти типологические особенности входят в типологический комплекс решительности (И. П. Петяйкин, 1974).

Выявлены разные стили восприятия литературных текстов. Г. В. Быстрова изучала особенности восприятия и понимания художественных текстов у лиц с различной силой нервной системы. Эмоциональное восприятие в этом случае, по ее данным, сильнее выражено у лиц с сильной нервной системой. Однако в исследовании Л. П. Калининского (1971) эти данные не получили подтверждения. Автор установил, что для лиц со слабой нервной системой характерны эмоциональность, изобразительность, более сложная структура синтаксиса письменной речи

в изложении, интровертированная установка в осознании литературного текста. Лицам с сильной нервной системой свойственны обобщенные и описательные моменты в воссоздающем воображении, тенденция к употреблению менее сложных синтаксических конструкций, стремление избежать обилия различного рода определений и причастных оборотов, экстравертированная установка в осознании литературного текста.

В то же время, по данным Д. Б. Богоявленской с соавторами (1975), обладающие слабой нервной системой более склонны к репродуктивной интеллектуальной активности, а сильной — к творчеству, к большей эвристической интеллектуальной активности.

Л. А. Вяткина (1970) изучала стили решения инструментальных умственных задач, обследовав старших дошкольников: «Открой шкаф», «Достань ведро из колодца», «Открой ворота». У детей со слабой нервной системой большая часть условий задачи выделяется путем предварительной зрительной ориентировки, мысленный план действий создается до начала исполнения, в редких случаях дети делают одну-две пробы. Для детей с сильной нервной системой характерно чередование зрительной ориентировки и исполнения. До исполнения создается неполная ориентировочная основа действия, которая уточняется в процессе решения задачи при помощи отдельных проб и коротких зрительных ориентировок. Таким образом, у «слабых» преобладает зрительная ориентировка, а у «сильных» — двигательная.

А. К. Байметов (1967) выявил у старшеклассников три группы разных стилей учебной деятельности: связанные с различиями в динамике врабатывания в учебную деятельность и утомляемостью; обусловленные объемом умственной деятельности и влиянием напряжения.

Таблица 15.1

Стилевые особенности, связанные с различиями в динамике врабатывания и утомляемости

Школьники с сильной нервной системой	Школьники со слабой нервной системой
Меньшая подверженность утомлению и в связи с этим меньшая затрата времени на отдых, подготовка уроков «за один присест»	Бóльшая утомляемость и необходимость специального отдыха после школьных занятий, частые перерывы во время подготовки уроков
Предпочитают заниматься не в абсолютной тишине, а вместе с товарищами	Для занятий нуждаются в полной тишине и уединении

Таблица 15.2

Особенности индивидуального стиля, обусловленные объемом умственной деятельности

Школьники с сильной нервной системой	Школьники со слабой нервной системой
Подготовительные, исполнительные и контрольные действия более или менее «слиты», отсюда меньшее время, затрачиваемое на подготовительные и контрольные действия	Относительная обособленность подготовительных, исполнительных и контрольных действий в выполнении заданий, бóльшая продолжительность подготовительных и контрольных действий

Школьники с сильной нервной системой	Школьники со слабой нервной системой
Исправления, добавления делаются преимущественно по ходу работы	Большинство исправлений и добавлений вносятся во время проверки
В течение длительного промежутка времени могут помнить и заботиться параллельно о многих заданиях, специально их не планируя и не распределяя во времени в виде составления плана работы	Предпочитают браться за новую работу, лишь полностью завершив прежнюю, выполнение заданий, полученных на длительный срок, заранее планируется, составляются планы занятий на день, неделю и т. д.
Конспективность письменной речи (пользование преимущественно простыми предложениями, с меньшим количеством слов и смысловых единиц в одном предложении и слов в одной смысловой единице)	Преобладание в письменной речи сложных конструкций со всевозможными подчинительными связями, большая развернутость высказываний (большее количество единиц и слов в предложении)
Предпочтение устной речи письменному изложению своих мыслей	Предпочтение письменной речи устному изложению

Таблица 15.3

Различия во влиянии напряжения

Школьники с сильной нервной системой	Школьники со слабой нервной системой
В ситуации напряжения наблюдается некоторое увеличение эффективности умственной деятельности, ориентировочные и контрольные действия еще больше сливаются с исполнительными	Сужение объема умственной деятельности, некоторое снижение ее эффективности; большее разграничение ориентировочных, исполнительных и контрольных действий
Укорочение общего времени выполнения заданий	Общая продолжительность выполнения заданий увеличивается

К сожалению, А. К. Байметов ограничился изучением влияния на стилевые особенности учебной деятельности только силы нервной системы. Остается неясным, связаны ли эти стилевые особенности с другими типологическими особенностями проявления свойств нервной системы и как будет самоорганизовываться учебная деятельность при различных сочетаниях таковых.

В. П. Бояринцев (1982), рассматривая прогнозирующую функцию у младших школьников и подростков, отметил влияние таких свойств темперамента, как экстраверсия — интроверсия и пластичность — ригидность. У ригидных интровертов обнаруживается лучшее и более глубокое осознание всех изменений ситуации, а пластичные экстраверты лучше осуществляют мобильное сравнение и обобщение данных в ходе анализа настоящего и прошлого в переменной ситуации.

Г. Айзенк (H. Eysenck, 1959) выявил, что экстраверты быстрее включаются в работу на экзамене по сравнению с медленно втягивающимися интровертами, но зато быстрее и сдаются, столкнувшись с трудностями. Стимуляция процесса обучения, оптимальная для экстравертов, оказывается чрезмерно интенсивной для интровертов (Р. Шмек и Д. Локхард [R. Schmeck, D. Lockhard, 1983]). Высокая

тревожность снижает эффективность выполнения сложных заданий у учащихся с высоким *IQ* (А. Гупта и С. Шарма [A. Gupta, S. Sharma, 1986]). Обратная связь во время контроля за обучением усиливает у людей с высокой степенью тревожности состояние тревоги, и они делают значительно больше ошибок, чем без обратной связи (Хансен [J. Hansen, 1974]).

Различные стили учебной деятельности, выполняющие приспособительную, компенсаторную функцию, отмечаются М. К. Акимовой и В. Т. Козловой (1988).

Учащиеся со слабой нервной системой свою быструю утомляемость компенсируют частыми перерывами для отдыха, разумной организацией деятельности, соблюдением спланированного режима дня. Недостаточную сосредоточенность и отвлекаемость внимания они компенсируют усиленным контролем и проверкой работ после их выполнения. Медленный темп умственной работы компенсируется тщательной предварительной подготовкой работы, что дает возможность «слабым» на первых ее этапах обгонять «сильных», поскольку у последних медленная врабатываемость. Предварительная тщательная подготовка позволяет уменьшить нервно-психическое напряжение, возникающее у них в ответственные моменты учебной деятельности.

Учащиеся с инертностью нервных процессов используют следующие приемы, ускоряющие их деятельность:

- дают неполный ответ, дополняя его после небольшой паузы; такая тактика позволяет выкроить недостающее для обдумывания время, когда учитель задает вопросы в высоком темпе и требует немедленного ответа;
- дают предварительные ответы, когда учитель в высоком темпе предъявляет задания, последовательность которых ясна (например, когда вопросы записаны на доске); инертные могут увеличить скорость работы благодаря выполнению следующего задания, пропустив предыдущее. В связи с этим В. П. Герасимов (1976) отмечает: предварительные ответы — это специальная организация деятельности, свойственная лишь инертным, поскольку актуальная деятельность (решение только предлагаемых в данный момент заданий) чаще всего для них оказывается безуспешной;
- выполняют превентивные действия в подготовке ответов; прежде чем ответить на поставленный вопрос, инертный предварительно готовится и отвечает только после того, как формулировка ответа уже готова; конструирование ответа по ходу выступления вызывает у них большие трудности.

При обучении иностранному языку М. К. Кабардов (1983) выявил два стиля (типа) овладения языком — коммуникативный (присущий лицам с высокой лабильностью нервной системы) и лингвистический (присущий инертным).

Коммуникативный стиль характеризуют: коммуникативная активность (инициативность в общении на другом языке), короткие латентные периоды речевых действий, легкость понимания и говорения на другом языке (иностранном); направленность внимания на речевую деятельность, лучшая продуктивность слуховой памяти; при запоминании образного материала — целостное воспроизведение как при непосредственном, так и при отсроченном воспроизведении. Этот стиль характеризуется беглостью речи, высокой скоростью выполнения отдельных лингвистических задач, наличием стереотипных ответов, повторов, неудачных словосочетаний, речевых клише.

Лингвистический стиль отличается пассивностью в общении, длительностью латентных периодов речевых действий, трудностью понимания иностранного языка на слух, направленностью внимания на языковую систему (язык), лучшей зрительной памятью на графические изображения слов или предметов, которые легко вербализуются. Этот стиль связан с небольшим объемом языковой и речевой продукции, более низкой скоростью выполнения лингвистических задач, но более высоким качеством этого выполнения: неудачные ответы отсутствуют или их немного, почти нет повторов, решения нестереотипны.

Существует и смешанный тип овладения иностранным языком.

В дальнейшем наличие этих стилей было подтверждено М. К. Кабардовым (1991) и при изучении родного (русского) языка. Кроме того, были выявлены личностные особенности субъектов, обладающие тем или иным стилем. Субъекты «коммуникативного» типа отличаются общительностью, подвижностью, импульсивностью в поведении, лабильностью и слабостью нервной системы. Невербальные компоненты интеллектуальных способностей у них доминируют над вербально-логическими. «Когнитивный» («лингвистический») тип присущ замкнутым субъектам, с замедленной реакцией. Для них характерны инертность и сильная нервная система. В познавательной сфере у когнитивного типа вербально-логические компоненты преобладают над образно-действенными.

Значительное место уделяется изучению стилей научения и в западной педагогической психологии (Григоренко и Стернберг [Grigorenko, Sternberg, 1995]; Колб [Kolb, 1984]; Грин с соавторами [Green et al., 1990]). Колб с помощью специально разработанного опросника выделил четыре стиля: конвергирующий, дивергирующий, ассимилирующий, аккомодирующий.

Конвергирующий стиль свойствен учащимся, которые особенно умело решают проблемы и имеют хорошие практические навыки. Люди с *дивергирующим стилем* мышления имеют отличное воображение и поэтому способны генерировать самые различные идеи. *Ассимилирующий тип* предпочитает функционировать на абстрактном уровне, любит разрабатывать теоретические модели, хорошо представляет себе, «как должно быть». *Аккомодатор* характеризуется действием, склонен к риску, всегда готов «что-нибудь сделать», когда возникает такая необходимость.

По Колбу, для каждого из четырех стилей научения характерны разные способы сбора и переработки информации:

- аккомодирующий: конкретный опыт + активное экспериментирование;
- дивергирующий: конкретный опыт + рефлексивное наблюдение;
- ассимилирующий: рефлексивное наблюдение + абстрактная концептуализация;
- конвергирующий: абстрактная концептуализация + активное экспериментирование.

М. Филбин с соавторами (M. Philbin et al., 1995) отмечают, что 48% мужчин проявляют ассимилирующий стиль и только 8% — дивергирующий. Среди женщин 20% — ассимилирующий, 22% — аккомодирующий, по 29% — дивергирующий и конвергирующий стили.

Д. Грин и другие показали связь этих стилей научения с выбором профессиональной сферы деятельности. Студенты с дивегирующим стилем, в отличие от

проявляющих ассимилирующий, были не очень уверены в выборе будущей профессии. Студентов с конвергирующим стилем интересовали научные профессии, а студенты с аккомодирующим не имели определенных профессиональных предпочтений.

Стили научения по Хани и Мамфорду (Honey, Mumford, 1992)

Активисты. Эти люди не склонны к догматизму, они с энтузиазмом воспринимают новый опыт, но не любят строить долгосрочные планы и не глубоко усваивают новую информацию. Они общительны и любят всегда находиться в центре событий. Склонны к гибкому мышлению, хотя действуют несколько импульсивно.

«Рефлексирующие». Эти люди более осторожны и тщательно взвешивают ситуацию перед тем, как начать действовать. Они кажутся несколько отчужденными и холодными, однако они скрупулезны, методичны и прислушиваются ко всем точкам зрения. Отрицательной стороной «рефлексирующих» является то, что они медленно принимают решения и недостаточно настойчивы.

Теоретики. Это люди с аналитическим складом ума, которые любят предлагать модели и теории; поэтому они предпочитают ясность и логичность во всем. Неудивительно, что они придерживаются упорядоченного и методологичного подхода к приобретению знаний, предпочитая объективную информацию субъективной. Одной из слабых сторон этих людей является то, что они не выносят неясности и неоднозначности.

Прагматики. Эти люди любят решать проблемы, и для них характерен практический склад ума. Они экспериментируют с новыми идеями или стратегиями решения проблемы, которую всегда рассматривают как испытание своих сил. Структурированное обсуждение для них намного предпочтительнее, чем открытое. Недостатком этого подхода является акцент на практической стороне вопроса в ущерб теоретической; кроме того, такие люди часто выбирают решение проблемы исходя только из соображения удобства (*Фернхем А., Хейвен П.* Личность и социальное поведение. СПб.: Питер, 2001. С. 108).

ГЛАВА 16

Информационные (познавательные) стили и типы личности

16.1. Когнитивные стили

Значительное место в отечественной и зарубежной психологии отводится рассмотрению когнитивных, или познавательных, стилей деятельности, интенсивное изучение которых началось западными психологами в 1960-х гг. (Г. Уиткин и др. [H. Witkin et all., 1967]) и несколько позже — отечественными (В. А. Колга, 1976; Е. Т. Соколова, 1976; М. А. Холодная, 1998, 2002, и др.). Правда, понятие о когнитивных стилях возникло не вдруг. Уже в отдельных работах 1920–1930-х гг. были обозначены близкие феномены, например «жизненный стиль» у А. Адлера, «ригидность» у Р. Кеттелла и «ригидность контроля» у Дж. Струпа, представления о соотношении первой и второй сигнальной систем у И. П. Павлова.

▶ **Когнитивный стиль** – это собирательное понятие для относительно устойчивых способов познавательной деятельности, познавательных стратегий, заключающихся в своеобразных приемах получения и переработки информации, а также приемов ее воспроизведения и способов контроля.

Таким образом, когнитивные стили — тоже в некотором роде стили деятельности, поскольку они характеризуют типические особенности интеллектуальной деятельности (научения), включающей восприятие, мышление и действия, связанные с решением познавательных задач преимущественно в ситуации неопределенности (Г. Клаус, 1987; М. Пецольд [M. Petzold, 1985]). Как пишет Г. Клаус (1987), выраженность когнитивных стилей меняется на протяжении онтогенетического развития, но остается удивительно постоянной у каждого конкретного человека, если сравнивать его показатели с уровнем той возрастной группы, к которой он относится.

Американский психолог Д. Озбел (D. Ausubel, 1968) выделил 20 особенностей интеллекта, среди которых — склонность к приобретению новых знаний или детализация уже имеющихся, жесткость или гибкость мышления при решении задач, предпочтительное запоминание определенной информации и др.

Наряду с распространенным пониманием стиля как операциональной характеристики способов реализации индивидом своих мотивов и источника экспрессии поведения в когнитивной психологии возникает объяснение стилевого феномена в контексте изучения особенностей переработки инфор-

мации человеком. Идею о существовании устойчивых различий в способах восприятия и мышления сформулировал в 1951 г. Дж. Кляйн (Klein), а термин «когнитивный стиль» предложил американский психолог Р. Гарднер (Gardner, 1959). Новый этап стилевых исследований начинается работами Г. Уиткина (Witkin, 1949), основной заслугой которого считают обогащение гештальтистских представлений о поле и полевом поведении идеей индивидуальных различий. Когнитивный стиль, связанный с различными аспектами функционирования познавательной сферы, считается стабильной индивидуальной характеристикой способов взаимодействия человека с информационным полем (Witkin et al., 1974a, b). Наиболее пристальное внимание уделяется изучению таких параметров, как зависимость – независимость от поля (Witkin, 1949), импульсивность – рефлексивность (Kagan, 1966), аналитичность – синтетичность, или концептуальная дифференцированность (Gardner, 1959), узость – широта категоризации (Pettigrew, 1939), когнитивная сложность – простота (Bieri, 1955). Однако уже первые результаты ясно показали, что исследователи имеют дело с психологической реальностью, анализ природы которой не может быть ограничен пониманием стиля только как когнитивной переменной.

...Распространение когнитивной интерпретации на все многообразие стилевых характеристик является таким же неоправданным, как и отождествление «стиль = человек» (*Либин А. В.* Стиль – это человек? // Стиль человека: психологический анализ. М.: Смысл, 1998. С. 7).

В зарубежной и отечественной литературе можно встретить упоминание около полутора десятков различных когнитивных стилей, в том числе:

- по типу восприятия: полезависимость — поленезависимость;
- по типу реагирования: импульсивность — рефлексивность;
- по особенностям когнитивного контроля: ригидность — гибкость;
- по диапазону эквивалентности: узость — широта;
- по сложности: когнитивная простота — когнитивная сложность, толерантность к нереалистическому опыту;
- по типу мышления: аналитический — синтетический;
- по доминирующему способу обработки информации: образный — вербальный, по локусу контроля: экстернальный — интернальный.

Полезависимость — поленезависимость. Впервые эти стили были введены в научный обиход американскими учеными под руководством Г. Уиткина (H. A. Witkin, D. R. Goodenough, 1982; H. A. Winkin et al., 1967, 1974) в связи с изучением соотношения в перцептивной деятельности зрительных и проприорецептивных ориентиров.

Суть эксперимента заключалась в том, что испытуемый, помещенный в затемненную комнату и сидящий на изменяющем свое положение кресле, должен был привести в вертикальное положение светящийся стержень, находящийся внутри светящейся рамки, которая также меняла свое положение.

Было выявлено, что одни испытуемые, чтобы оценить вертикальное расположение стержня, используют зрительные впечатления (ориентация на положение рамки), а другие — проприорецептивные ощущения (ориентация на положение своего тела). Тенденция опираться на внешнее видимое поле получила название полезависимости, а тенденция контролировать зрительные впечатления за счет проприорецепции — поленезависимости. У первых восприятие предъявлявшихся фигур на определенном фоне искажалось из-за недостаточного обособления и дифференцирования частей в образе восприятия, у вторых было адекватным в связи со способностью вычленять стимулы из контекста.

Таким образом, способ пространственной ориентации связан со способностью вычленять отдельную деталь или фигуру из целостного пространственного контекста (сложной фигуры). Поэтому поленезависимость стала рассматриваться как умение преодолевать видимое поле и структурировать его, выделять в нем отдельные элементы. Полезависимость означает противоположное качество познавательной деятельности, когда все элементы видимого поля оказываются жестко связанными, а детали трудноотделимыми от пространственного фона.

В результате появились и методы диагностики полезависимости — поленезависимости, например тест включенных (встроенных) фигур в различных модификациях. Быстрое и правильное обнаружение фигуры характеризует поленезависимость, а медленное и ошибочное — полезависимость.

В дальнейшем способность успешно выделять какую-либо деталь из сложного изображения оказалась связанной с рядом интеллектуальных, и прежде всего — невербальных способностей. На основании этого был сделан вывод о существовании более общей особенности когнитивного стиля, получившей название «способности преодолевать организованный контекст». В зависимости от ее выраженности стали говорить об аналитическом, активном и глобальном, пассивном подходам к полю. В первом случае у человека проявляется стремление реорганизовать его, расчленить на отдельные элементы.

Так, когнитивные стили полезависимости — поленезависимости стали восприниматься как отражающие особенности решения перцептивных задач. Полезависимость характеризуется тем, что человек ориентируется на внешние источники информации, он склонен игнорировать менее заметные черты анализируемого объекта, что создает ему большие трудности при решении перцептивных задач. Поленезависимость связана с ориентацией человека на внутренние источники информации (знания и опыт), поэтому он в меньшей степени подвержен влиянию внешних ориентиров, более склонен выделять в ситуации ее существенные, а не более заметные черты.

Но и на этом трансформация представлений Г. Уиткина об этих стилях не закончилась. Последняя его трактовка сводится к следующему: это глобальная доминирующая тенденция личности ориентироваться при решении проблемы либо на других людей (полезависимость), либо на самого себя (поленезависимость). Указанные стили он рассматривал как проявление индивидуальности в мотивационно-смысловой сфере.

Поленезависимые склонны к активному научению; они любят структурировать материал и используют мнемонические стратегии для эффективного запоминания и воспроизведения информации; предпочитают изучать общие принципы, довольно легко их усваивая (А. Фернхем [A. Furnham, 1995]). Полезависимые учащиеся склонны к пассивному научению, используя предложенную им организацию материала.

Поленезависимость связана с высоким показателем невербального интеллекта (образным мышлением), более высокой обучаемостью, успешностью решения задач на сообразительность, легкостью смены установок, с автономностью, стабильностью образа Я, более объективными подходами к проблемам, устойчивостью к внушению, критичностью, более высокой моральностью. Однако поленезависимые хуже ладят с людьми, склонны ими манипулировать, менее позитивно оценивают их и себя, труднее разрешают конфликты. Группа, состоящая из одних поле-

независимых, редко приходит к соглашению по спорным вопросам. Работая в паре, поленезависимые берут на себя руководство работой даже в том случае, если по инструкции им отведена подчиненная роль.

По данным Г. Уиткина (Witkin et al., 1977), полезависимые студенты более успешны в области искусства и гуманитарных дисциплин, чем в сфере точных наук. Они предпочитают также и более неформальные методы обучения, присущие полезависимым учителям. Поленезависимые же педагоги навязывают свою структуру организации преподаваемого материала, предпочитая более формальные модели его подачи. Поэтому с полезависимыми студентами у них может возникнуть несовместимость.

Г. Виткин и др. (Witkin et al., 1974b) установили, что полезависимые более конформны, а поленезависимые активнее ищут информацию и оказываются более осведомленными.

Полезависимые люди более расположены к психогенным расстройствам, менее моральны (среди лиц, совершивших криминальные деяния, преобладают полезависимые), более внушаемы, чувствительны к социальным воздействиям, сильнее нуждаются в поддержке со стороны окружающих, лучше ассимилируют противоречивую информацию, более «удобны» в общении, так как им свойственна теплота и сердечность (В. Крозье [W. Crozier, 1997]).

Согласно М. А. Гулиной (1987), полезависимость связана с низкой тревожностью.

В исследовании монозиготных и дизиготных близнецов установлено, что на полезависимость — поленезависимость влияет генотип (С. Д. Бирюков, 1988; М. С. Егорова, 1981; Н. Ф. Шляхта, 1991). В то же время У. Ларсен (W. Larsen, 1982) выявил, что поленезависимость увеличивается с возрастом и с повышением уровня образования человека и оформляется как стилевая особенность к 17 годам. Затем ее уровень стабилизируется, а к старости даже снижается (H. Witkin, D. Goodenough, 1982).

Существенно, однако, то, что при этом место каждого человека на шкале полезависимости — поленезависимости оставалось постоянным (Г. Уиткин и др. [Witkin et al., 1967]). Это было выявлено в результате лонгитюдного (на протяжении 14 лет) исследования, проведенного с привлечением 30 испытуемых мужского пола.

Рефлексивность — импульсивность. Эти стили были выделены Д. Каганом (J. Kagan, 1965, 1966) при изучении интеллектуальной деятельности, когда в условиях неопределенности надо было принять решение и требовалось осуществить правильный выбор из некоторого множества альтернатив.

Импульсивные люди хотят быстрого успеха, отчего склонны быстро реагировать на проблемную ситуацию. Однако при этом гипотезы выдвигаются и принимаются ими без тщательного продумывания, поэтому часто оказываются неверными. Для рефлексивных людей, напротив, характерно замедленное реагирование в такой ситуации, решение принимается на основе тщательного взвешивания всех «за» и «против». Они стараются не допускать ошибок, для чего собирают больше информации о стимуле перед ответом, используют более продуктивные способы решения задач, успешнее применяют приобретенные в процессе обучения стратегии деятельности в новых условиях (Д. Каган с соавторами [J. Kagan et al., 1966]; Р. Олт [R. Ault, 1973]; Д. Мак-Кинни [J. MacKinney, 1973]; В. Нейсле [W. Neussle, 1972]; Д. Денни [D. Denny, 1973]).

Импульсивные хуже, чем рефлексивные, справляются с заданиями на решение проблем, где не указаны альтернативы ответов (Каган [J. Kagan, 1965]). В задачах на распознавание стимулов рефлексивные используют более консервативные стратегии, чем импульсивные, и поэтому оказываются более точными. Но при решении задач повышенной сложности импульсивные тоже начинают использовать консервативные стратегии (М. Фридрих [M. Fridrich, 1986]). Рефлексивные, как правило, менее чувствительны к вознаграждению (поощрению за правильные ответы). Поощрение же импульсивных ведет к задержке ответа. Следовательно, степень импульсивности при поощрении уменьшается (Малдонадо [J. Maldonado, 1984]). При изучении точных наук рефлексивные лучше справляются с заданиями в условиях низкого контроля в противоположность импульсивным, которые более эффективны при высоком контроле (Е. Туманн [E. Thumann, 1982]).

Рефлексивные более поленезависимы, чем импульсивные. У них выше устойчивость внимания (а по данным М. А. Гулиной [1987], — и его концентрация), они эффективнее используют обратную связь, имеют лучшую зрительную и слуховую кратковременную память. Согласно М. А. Гулиной, такие люди более доминантны. Но они и тревожнее, особенно в отношении качества своей деятельности, боятся ошибок.

Импульсивные обладают меньшим самоконтролем, низкой концентрацией внимания, но большим его объемом (М. А. Гулина). Многие авторы считают, что рефлексивность предпочтительнее импульсивности. Так, академическая успеваемость, как правило, выше именно у рефлексивных (Р. Олт, Мак-Кинни, Нейсле).

По данным В. Н. Азарова (1982, 1988), для импульсивных характерна опора на перцептивно-рельефные признаки (цвет, величина элементов) и большая выраженность (по сравнению с рефлексивными) невербального интеллекта, а для рефлексивных — опора на количество элементов (признаков), т. е. аналитичность на уровне восприятия, и большая выраженность вербального интеллекта. Это дает основание отождествлять или, по крайней мере, сближать импульсивных с людьми, у которых преобладает первая сигнальная система, а рефлексивных — с теми, у кого преобладает вторая сигнальная система (по И. П. Павлову). Импульсивность связана с высокой активированностью и слабой нервной системой, т. е. имеет не только возникшую в жизни, но и природную обусловленность.

Указания В. Н. Азарова об ориентации импульсивных на цвет совпали с данными, полученными в исследовании Д. Катца (J. Katz, 1971), проведенном с привлечением в качестве испытыемых детей, и в работе Е. Т. Соколовой (1980), где обследовались взрослые.

Т. Н. Брусенцова (1984) отмечает, что стиль рефлексивность — импульсивность проявляется лишь в тех случаях, когда обучение достаточно трудное, а как подчеркивает С. Мессер, обнаруживается он лишь в ситуации неопределенности.

При исследовании близнецов получены доказательства, что этот стиль формируется под влиянием среды (Н. Ф. Шляхта, 1991). Выявлено, что рефлексивность возрастает с возрастом (Д. Каган, [J. Kagan., 1965]), а импульсивность уменьшается по мере овладения субъектом сканирующими стратегиями (С. Мессер). Показано также, что та или иная стратегия зависит от типа решаемых задач, причем эта гибкость увеличивается с возрастом. Поэтому высказывается мнение, что скорее надо говорить об интраиндивидуальных различиях в каждом возрастном диапазоне, чем о стабильности проявления данного стиля в течение всей жизни.

Ригидность — гибкость (флексибильность) познавательного контроля. Этот стиль связан с легкостью или трудностью смены способа деятельности или переключения с одного информационного алфавита на другой. Трудность смены или переключения ведет к узости и негибкости познавательного контроля.

Термин **ригидность** был введен Р. Кеттеллом для обозначения явлений персеверации (от лат. *perseveratio* — «упорство»), т. е. навязчивого повторения одних и тех же мыслей, образов, движений при переключении с одного вида деятельности на другой. Исследователем были выявлены значительные индивидуальные различия в проявлении данного феномена.

Диагностируются эти стили с помощью словесно-цветового теста Дж. Струпа. Конфликтная ситуация создается ситуацией интерференции, когда один процесс подавляется другим. Испытуемый должен называть цвет, которым написаны слова, обозначающие цвета, при этом цвет написания слова и тот, который словом обозначается, не соответствуют друг другу.

Л. П. Урванцев и А. П. Конин (1991) выявили большую флексибильность у мальчиков по сравнению с девочками, а также у учащихся школы-интерната по сравнению с учащимися обычной школы.

Узкий — широкий диапазон эквивалентности. Эти когнитивные стили показывают индивидуальные различия в масштабе, который используется человеком для оценки сходства и различия объектов. Одни люди при свободной классификации объектов разделяют их на множество групп с малым объемом (узкий диапазон эквивалентности), другие же на малое число групп, но с большим числом объектов (широкий диапазон эквивалентности).

В основе такого несовпадения лежит не столько способность видеть разницу, сколько степень «чувствительности» к выявленным различиям, а также ориентированность на фиксацию таковых разного типа. Так, для узкого диапазона эквивалентности характерна опора на явные физические особенности объектов, а для широкого диапазона — на их скрытые дополнительные признаки.

Ряд отечественных авторов первый стиль называют «аналитическим», а второй — «синтетическим» (В. А. Колга, 1976). Демонстрирующие первый, пользуясь более мелкими единицами шкалы, дают более точные оценки объектов или ситуации. Те же, кому свойствен синтетический стиль, пользуясь более грубой шкалой, выносят более общие оценки этих объектов и ситуаций. Аналитикам в большей мере присущи поленезависимость, рефлексивность, у них более гибкий контроль. Синтетичность означает преимущественную ориентацию на общие моменты в объектах, а не на их специфику. В умственной деятельности это приводит к выдвижению разнообразных вариантов решения задачи. В то же время ряд авторов полагают, что наибольшая успешность интеллектуальной деятельности достигается при совмещении аналитичности и синтетичности.

> Экспериментальные исследования и повседневная практика обучения (в школе и вузе) отчетливо показывают, что учащиеся резко дифференцируются в отношении умения создавать пространственные образы и оперировать ими. Эта дифференциация носит устойчивый характер, что проявляется в специфике овладения целым рядом учебных предметов, в профессиональной направленности людей, их интересах, склонностях. В психологии накоплен значительный экспериментальный материал, свидетельствующий о наличии у людей стойких индивидуальных различий, связанных с их особенностями ориентации в пространстве, установления пространственных отношений и оперирования ими в процессе решения задач.

В работах Е. Н. Кабановой-Меллер (1934,1956), Б. Г. Ананьева и его сотрудников (1960, 1970, 1972), Б. Ф. Ломова (1959), Ф. Н. Шемякина (1940,1959) и других показано, что при создании и оперировании пространственнными образами учащиеся пользуются различными приемами. Одни при предъявлениии наглядного изображения (с целью создания по нему образа) детально фиксируют все его конкретные особенности, постепенно воссоздают образ из отдельных деталей, объединяя их в единое целое. Другие схватывают в представлении сначала общий контур объекта и лишь затем мысленно наполняют его соответствующими деталями, придающими образу структурную определенность, законченность, четкую конфигурацию.

Эти особенности проявляются у одного и того же учащегося при работе с различными видами наглядности (чертежом, рисунком, географической картой), при выполнении разных учебных заданий, что свидетельствует об их устойчивости, индивидуальном своеобразии.

Отмеченные особенности в создании пространственных образов выявлены не только у школьников, но и у конструкторов, проектировщиков, художников.

...Интересные данные получены в исследованиях В. А. Моляко (1972), Б. М. Ребуса (1965), М. Сливковой и других. Ими обнаружено, что конструкторы различаются не только манерой создания пространственных образов (более «аналитической» или «синтетической»), но и выбором опорных элементов.

...Отмеченные особенности одни авторы объясняют преимущественным преобладанием первой и второй сигнальной системы (М. Н. Борисова, 1954; Б. Б. Коссов, 1956, и др.), другие – формированием индивидуальных механизмов пространственного различения, узнавания (М. С. Шехтер, 1969), третьи – особенностями строения и функционирования зрительной системы, обеспечивающей построение образа (В. П. Зинченко и др.) (И. С. Якиманская, 1976, с. 70, 71. 73).

В общении аналитик стремится подчеркнуть различие между собой и другими людьми, что приводит к ограничению его круга, избирательности, затруднениям во взаимопонимании. Тот, кому свойствен синтетический стиль, лучше идентифицирует себя с другими, что способствует созданию широкого круга общения.

Выявлена связь этих когнитивных стилей с личностными особенностями. «Аналитичность» сопровождается повышенной тревожностью, она положительно связана с фактором самоконтроля по Р. Кеттеллу и отрицательно с фактором самодостаточности. «Аналитики»» стараются хорошо выполнять социальные требования и ориентированы на социальное одобрение.

Аналитичный стиль оказывается эффективным при следующей программе обучения — низкий темп предъявления учебной информации, большое число повторений, малая вариативность учебных заданий, акцент на произвольное запоминание и саморегуляцию функционального состояния (см.: Колга [ред.], 1986; Клаус, 1984).

А. И. Палеем (1982, 1983) выявлена связь между качественными особенностями эмоциональности, ее модальностной структурой и когнитивным стилем деятельности (аналитичность — синтетичность). Были обнаружены две тенденции в эмоционально-когнитивных связях. Первая — сочетание аналитичности с отрицательной эмоциональностью пассивно-оборонительного рода. Это значит, что чем выше оценки человека страха и печали (дистресса), тем более он склонен к операциям обособления, дифференциации, подчеркиванию специфических признаков объектов. Вторая тенденция — сочетание синтетичности с отрицательной эмоциональностью активно-экстернального рода. Иными словами, чем выше оценки гнева, тем больше человек ориентирован на операции объединения, установления общности, сходства.

Толерантность к нереалистическому опыту. Толерантность (от лат. *tolerantia* — «терпение») означает терпимость, снисходительность к чему-либо. Как сти-

левая характеристика она предполагает возможность принятия впечатлений, несоответствующих или даже противоположных имеющимся у человека (например, при быстрой смене картинок с лошадью возникает ощущение ее движения). Нетолерантные люди сопротивляются видимому, так как оно противоречит их знанию о том, что на картинках изображена неподвижная лошадь (М. А. Холодная, 1998). Основным показателем толерантности служит длительность периода, в который испытуемый видит движущуюся лошадь. Фактически речь идет об умении принимать несоответствующую имеющимся установкам информацию и воспринимать внешнее воздействие таким, какое оно есть на самом деле.

Когнитивная простота — когнитивная сложность. Теоретической основой этих когнитивных стилей является теория личностных конструктов Дж. Келли (2000). Выраженность того или иного стиля определяется мерой простоты или сложности системы личностных конструкций при интерпретации, прогнозировании и оценке действительности на основе определенным образом организованного субъективного опыта. Конструкт — это двухполюсная субъективно-измерительная шкала, выполняющая функции обобщения (установления сходства) и противопоставления (установление различий).

Для диагностики этих стилей используется разработанный Дж. Келли метод репертуарных решеток.

Когнитивная сложность, по некоторым данным, связана с тревожностью, догматизмом и ригидностью, меньшей социальной адаптированностью. Дж. Адамс-Вебер (J. Adams-Weber, 1979) установил, что когнитивно-сложные субъекты точнее находят соответствие между выявленными конструктами и конкретными людьми и успешнее делают выводы о системе представлений человека после краткой беседы с ним.

Стили атрибуции. Стили атрибуции, или объяснения, — это характерный способ интерпретации событий. При негативном стиле человек склонен объяснять отрицательные события устойчивыми внутренними причинами (например, отсутствием способностей). Если инидивидуум верит, что он недостаточно способный и обречен на неудачу, то станет прилагать меньше усилий для достижения нужного ему результата. При положительном стиле атрибуции успехи объясняются своими способностями, а неудачи — случайностью (M. Ross, G. Fletcher, 1985). Эмоционально неустойчивые женщины и женщины-экстраверты объясняют неблагоприятные события внутренними причинами чаще, чем женщины с противоположными свойствами темперамента. Однако на выборке мужчин эта закономерность не выявлена (У. Rim, 1991).

Экстернальность — интернальность, или локус контроля. (От лат. *locus* — «местоположение»). Одни люди склонны считать, что способны управлять событиями (внутренний локус контроля, интернальность), другие полагают, что от них мало что зависит, так как все с ними происходящее объясняется внешними неконтролируемыми факторами (внешний локус контроля, экстернальность). Понятие локуса контроля предложено Д. Роттером (D. Rotter, 1966) в качестве устойчивой характеристики человека, формирующейся в процессе его социализации.

Люди с внутренними локусом контроля более уверены в себе, последовательны и настойчивы в достижении цели, склонны к самоанализу, общительны, спокойнее и доброжелательнее, популярнее и независимее. Они в большей мере находят в жизни смысл, у них очевиднее выражена готовность к оказанию помощи

(К. Муздыбаев, 1983; Л. Липп с соавторами [L. Lipp et al., 1968]; С. Шварц, Г. Клаузен [S. Schwartz, G. Clausen, 1979]). Поскольку интерналы в своих неудачах винят прежде всего себя, они испытывают больший, чем экстерналы, стыд и вину (У. Фейрес [E. Phares, 1976]).

Подростки с внутренним локусом контроля позитивнее относятся к учителям и к представителям правоохранительных органов (П. Хевен [P. Haeven, 1993]. Склонность же к внешнему локусу контроля сочетается с неуверенностью в своих способностях и стремлением отложить реализацию намерений на неопределенный срок, тревожностью, подозрительностью, агрессивностью. Такие люди испытывают большие трудности в принятии решения, если оно имеет для них серьезные последствия. Для них в большей мере угрозу составляет напряжение, поэтому они более уязвимы и подвержены «выгоранию» (В. И. Ковальчук, 2000).

Они могут, потому что думают, что могут (*Вергилий*).

Отмечается большая стрессоустойчивость лиц с внутренним локусом контроля (С. В. Субботин, 1992; Дж. Роттер [J. Rotter, 1966]).

Локус контроля влияет на мотивацию к учению. Люди с внутренним локусом убеждены, что успешное освоение программы зависит только от них самих и что для этого у них достаточно способностей. Поэтому, весьма вероятно, они будут хорошо учиться в школе и вузе. Они более восприимчивы к обратной связи в процессе обучения и склонны к устранению собственных недостатков. Они больше интересуются своей карьерой и работой, чем люди с внешним локусом контроля.

Вообще люди с внутренним локусом контроля организованнее: могут бросить курить, в транспорте пользуются привязными ремнями, используют противозачаточные средства, сами решают семейные проблемы, зарабатывают много денег и отказываются от минутных удовольствий ради достижения стратегических целей (M. Findley, H. Cooper, 1983; H. Lefcourt, 1982; P. Miller et al., 1986).

В то же время Л. И. Анциферова (1994) высказывает мнение, что хотя интернальность и связана с ощущением себя субъектом, управляющим своей жизнью, контролирующим ее события и склонным к активному, преобразующему стилю поведения, по природе своей она ведет к ограничению спонтанности (свободного выражения чувств, эмоций, проявлений импульсивного поведения).

При исследованиях близнецов, когда применяли шкалу Роттера, обнаружили, что генетический фактор объясняет около 30% дисперсии, связанной с личным контролем и с тем, насколько человек считает себя ответственным за собственные неудачи (Pedersen et al., 1989) (*Фрэнкин Р.* Мотивация поведения. СПб.: Питер, 2003. С. 576).

Было обнаружено, что с возрастом у мальчиков усиливается интернальность, а у девочек — экстернальность (H. Kulas, 1988). У взрослых мужчин, по данным А. К. Канатова (2000), во всех возрастных периодах уровень субъективного контроля несколько выше, чем у женщин того же возраста. Кроме того, по информации этого автора, следует, что с возрастом уровень субъективного контроля (интернальность) снижается. И это неудивительно. С опытом люди все больше начинают понимать, что не все в их жизни зависит только от них.

Внутренний локус контроля является социально одобряемой ценностью. Он всегда входит в идеальный Я-образ. Поэтому интернальность имеет для мужчин

большую значимость, чем для женщин (К. Муздыбаев, 1983; А. В. Визгина и С. Р. Пантилеев, 2001).

Согласно Л. А. Головей (1999), экстернальность — интернальность влияет на профессиональное самоопределение школьников. Учащиеся с превалированием экстернального контроля в ситуации выбора профессии руководствуются эмоциональной ее привлекательностью. Не соотносят свои склонности с этим выбором и предпочитают такие профессиональные сферы, как человек — человек, человек — художественный образ. Среди экстерналов чаще, чем среди интерналов, встречаются лица с низким уровнем контроля. По опроснику Кеттелла они обнаруживают высокую возбудимость (фактор *D*), чувствительность (фактор *I*), напряженность (фактор *QIV*) и непосредственность (фактор *N*).

На основании этих данных Л. А. Головей делает вывод, что у экстерналов процесс самоопределения является пассивным, незрелым, что связано с эмоциональными особенностями, с незрелостью таких структур самосознания, как рефлексия, самоконтроль и саморегуляция, с незрелостью мотивационной сферы.

Профессиональное самоопределение интерналов отличается большей самостоятельностью, осознанностью и адекватностью. Диапазон выбора профессии у них гораздо шире, чем у экстерналов, и более дифференцирован. Мотивы и эмоции более устойчивы. Интерналы активны в достижении цели. По опроснику Кеттелла они характеризуются низким нейротизмом (фактор *C*), самоконтролем (фактор *QIII*), общительностью (фактор *A*), избирательным контактом с окружающими (фактор *L*) и тенденцией к нормативному поведению (фактор *G*).

Таким образом, подростки с интернальным контролем более уравновешены эмоционально, самостоятельны, активны в достижении цели, имеют определенные и стабильные установки на будущее, более высокий уровень самоконтроля.

В различных профессиях люди с внутренним локусом контроля добиваются больших успехов, чем те, кто отличается внешним локусом. Так, страховые агенты, считающие, что неудачи можно контролировать, продают больше страховых полисов. Они почти в два раза реже бросают эту работу в течение первого года (M. Seligman, P. Schulman, 1986). У людей, имеющих внутренний локус контроля, больше шансов увлечься своей работой и получать от нее удовлетворение, а также быть преданным своей организации.

Менеджеры с внутренним локусом контроля менее подвержены стрессам, чем их коллеги с внешним локусом контроля, выполняющие ту же работу. Такие же данные получены относительно бухгалтеров (Daniels, Guppy, 1994).

Д. Миллер (D. Miller, 1982) обнаружил, что руководители характеризуются более высокими показателями внутреннего локуса контроля, чем неруководители. Руководители же, у которых уровень внутреннего локуса контроля высокий, стремятся внедрять много нововведений в производство, идут на значительный риск и принимают решение сами, не приглашая экспертов.

> Сопоставление индивидов с разными типами когнитивного стиля дает сложную картину различий между ними также и в результатах выполнения некоторых видов деятельности. Так, люди с аналитическим стилем лучше выполняют тесты на идентификацию понятий, а лица с неаналитическим стилем – прочие вербальные тесты (Coop, Brown, 1970). Найдены значимые связи когнитивного стиля с различиями в запоминании и узнавании случайно предъявляемых слов, а также с успешностью решения некоторых проблем (Davis, Klausmeier, 1970).

Ряд исследователей считают, что от когнитивного стиля зависит успеваемость учащихся, так как он влияет на то, какого рода содержание лучше, предпочтительнее усваивается учащимся и какое содержание отбрасывается, игнорируется (Coop, Brown). От когнитивного стиля зависит также, какие методы обучения облегчают приобретение знаний и умений, а какие затрудняют.

Все же данные разных исследователей по вопросу о связи когнитивного стиля с успешностью в разных видах деятельности не совпадают. Это, возможно, отчасти зависит от неадекватности применяемых понятий.

...Нельзя не отметить, что ни в одном из исследований когнитивного стиля (имеются в виду зарубежные исследования. – *Е. И.*) не выясняются причины принятия человеком определенного когнитивного стиля. Неясно, что лежит в основе индивидуальных различий между людьми по исследуемой динамической характеристике – социальный опыт или некоторые природные свойства. Более того, несовпадение результатов разных исследователей по вопросу о связи когнитивного стиля с личностными и интеллектуальными качествами людей создает впечатление случайности вариаций когнитивного стиля между людьми и непостоянства его проявлений у одного и того же человека (Shouksmith, 1969) (*Акимова М. К.* Изучение индивидуальных различий по интеллекту // Вопросы психологии. 1977. № 2. С. 178, 179).

Выделяют также стили: **вербально-логический** (абстрактный стиль переработки информации, обусловленный ведущей ролью левого полушария) и **образно-действенный** (конкретный стиль переработки информации, который обусловлен преобладанием (ведущей ролью) правого полушария).

По мнению Д. М. Вордела и Дж. Ройса (D. M. Wardell, J. R. Royce, 1978), когнитивные стили связаны с эмоциональной сферой, поэтому их целесообразно делить на когнитивные, аффективные и когнитивно-аффективные. В основу такой дифференциации положены три фактора:

- рационализм: опора на логически последовательный взгляд на внешний мир;
- эмпиризм: учет внешнего опыта;
- метафоризм: преобразование опыта знаниями, имеющими символическую природу и включающими механизмы инсайта.

Рядом авторов (М. Петцольд [M. Petzold, 1985]; Г. Никель [H. Nickel et al., 1985]) делаются попытки интегрировать с помощью кластерного анализа разные когнитивные стили. При этом меняют и их название. Так, указанные авторы объединили когнитивные стили в три группы — формальные, тематические и смешанные — и дали им название *концептуальных*[1].

16.2. Догматизм как индивидуальная психологическая характеристика

Как отмечают Б. И. Кочубей и Е. Л. Григоренко (1991),

> догматизм представляет собой свойство, расположенное «на рубеже» между личностными чертами и стилевыми характеристиками. Как личностная черта, он граничит с авторитарностью и имеет с ним много общего; как стилевая характеристика, он оказывает сквозное регулирующее влияние на познавательные процессы. В основе догматизма — жесткость каркаса важнейших познавательных структур, обеспечивающая стабильность мира за счет отвержения информации, противоречащей имеющемуся образу

[1] Желающим более подробно ознакомиться с проблемой когнитивных стилей можно рекомендовать учебное пособие М. А. Холодной «Когнитивные стили» (2002).

мира. Догматизм выполняет функцию удовлетворения потребности в понимании мира как целого и, одновременно с этим, функцию «тотальной идеологической защиты» (М. Рокич, с. 23).

Факторный анализ позволил авторам выделить четыре главных фактора, характеризующих догматизм:

1) социальная желательность, или конформность (следование нормам);
2) сверхценные тенденции (следование идее);
3) «вождизм» (следование авторитету);
4) изоляционизм.

Догматизм, как обнаружили Б. И. Кочубей и Е. Л. Григоренко, связан обратной зависимостью с общим и невербальным интеллектом, эмоциональной синтонностью и положительной зависимостью с эмоциональной стабильностью, доминантностью, ригидностью и социабельностью.

Авторами разработан опросник для определения догматизма, включающий в себя 36 утверждений.

Догматический стиль преподавания снижает позитивность Я-концепции в противоположность преподавания учителями, склонными к экспериментированию и гибкому использованию педагогической тактики: в этом случае у учеников формируется более положительная Я-концепция (G. Cheong, E. Wadden, 1978).

16.3. Креативные личности

▶ **Креативность** (от лат. *creatio* – «созидание») – это способность человека порождать необычные идеи, оригинальные решения, отклоняться от традиционных схем мышления.

Креативность является одним из компонентов творческой личности и не зависит от эрудиции. Людей, обладающих высоким уровнеми креативности, называют креативами.

Как считает ряд ученых, в проявлении креативности, а точнее — дивергентного мышления[1], являющегося основой креативности, роль генетического фактора, в отличие от средового, невелика (Р. Николс [R. Nichols, 1978]; Е. Л. Григоренко, Б. И. Кочубей, 1989). По данным последних, высокий уровень креативности наблюдался у детей с широким кругом общения и демократическим стилем взаимоотношений с матерью.

В исследовании В. И. Тютюнника (1994) показано, что потребность и способность к творчеству развиваются уже с 5 лет. Ученый полагает, что главным фактором такого развития является содержание взаимоотношений ребенка со взрослым. Требование достижения успехов через послушание не способствует развитию независимости и как следствие креативности.

Среди многочисленных фактов, которые подтверждают важнейшую роль семейно-родительских отношений, есть и такие:

1. Большие шансы проявить творческие способности имеет, как правило, старший или единственный ребенок в семье.

---

[1] По Дж. Гилфорду, дивергентное мышление — выдвижение различных и в равной мере правильных идей относительно одного и того же объекта или при решении одной и той же задачи.

2. Меньше шансов проявить творческие способности у детей, которые идентифицируют себя с родителями (отцом). Наоборот, если ребенок отождествляет себя с «идеальным героем», то шансов стать креативным у него больше. Этот факт объясняется тем, что у большинства детей родители – «средние», нетворческие люди, идентификация с ними приводит к формированию у детей нетворческого поведения.
3. Чаще творческие дети появляются в семьях, где отец значительно старше матери.
4. Ранняя смерть родителей приводит к отсутствию образца поведения с ограничением поведения в детстве, что способствует развитию креативности.
5. Благоприятно для развития креативности повышенное внимание к способностям ребенка, ситуация, когда талант становится организующим началом в семье.

Итак, семейная среда, где, с одной стороны, есть внимание к ребенку, а с другой стороны, к нему предъявляются различные несогласованные требования, где мал внешний контроль за поведением, где есть творческие члены семьи и поощряется нестереотипное поведение, приводит к развитию креативности у ребенка (В. Н. Дружинин, 1999, с. 214–215).

Т. С. Суслова (1991) выявила основные черты, характерные для креативных личностей. Это сознательность, ответственность, упорство, чувство долга, высокий контроль над поведением и эмоциями, решительность, предприимчивость, склонность к риску, социальная смелость, интернальный локус контроля, интеллектуальная лабильность. В. Н. Дружинин (1999) полагает, что развитие креативности идет по следующему механизму: на основе общей одаренности под влиянием микросреды и подражания формируется система мотивов и личностных свойств (нонконформизм, независимость, мотивация самоактуализации), и общая одаренность преобразуется в актуальную креативность, т. е. креативность — это синтез одаренности и определенной структуры личности.

Препятствуют проявлению креативности низкий интеллект, нейротизм и тревожность.

16.4. Специальные типы высшей нервной деятельности по И. П. Павлову

Райдинг и Уигли (Riding, Wigley, 1997) проанализировали множество подходов к выделению когнитивных стилей и пришли к выводу, что все они укладываются в две широкие и независимые друг от друга категории:

- *холистически-аналитические*: как человек перерабатывает информацию — целиком или по частям;
- *вербально-образные*: как человек представляет информацию в процессе мышления — вербальным способом или посредством зрительных представлений.

Люди с образным мышлением («визуалисты») предпочитают оперировать наглядно-образными представлениями, в то время как «вербалисты» используют преимущественно вербальный способ работы с информацией. Представители первой категории лучше, чем второй, припоминают тексты описательного характера, особенно тексты с картинками.

Эти когнитивные стили весьма сходны с типами людей, выделенными еще в 1930-е гг. И. П. Павловым по соотношению первой и второй сигнальной систем.

И. П. Павлов наряду с «общими» типами (темпераментом), присущими и человеку и животным, постулировал и «специальные», которые свойственны толь-

ко людям, ибо они отражают соотношения между первой (образной) и второй (речемыслительной) сигнальными системами. Он выделил три таких типа:

- *художественный* (особенно ярко у него выражена деятельность первой сигнальной системы);
- *мыслительный* (у него заметно преобладает деятельность второй сигнальной системы);
- *смешанный* (деятельность обеих систем у него выражена одинаково).

Художественный тип отличается выраженной наклонностью к образно-эмоциональному мышлению. Это не значит, что у него вторая сигнальная система не развита (т. е. не получило развития словесно-логическое мышление). Это означает лишь то, что люди данного типа необычайно остро, ярко, полно, непосредственно воспринимают действительность, а следовательно, у них хорошо выражена способность воспроизводить ее в художественных образах (что отличает многих артистов, художников, музыкантов).

Мыслительный тип характеризуется повышенной способностью и наклонностью к словесно-логическому (абстрактному) мышлению. Но при этом вовсе не обязательно, что у него слабо развита первая сигнальная система. Просто абстрактное мышление преобладает над образным. Поэтому можно сказать, что это стиль не только восприятия действительности, но и стиль мышления: художественный тип предпочитает переводить воспринимаемое в образы реальной действительности, а мыслительный тип — в отвлеченные, абстрактные символы.

Такая характеристика «специальных»» (частных) типов высшей нервной деятельности сложилась у И. П. Павлова на основе клинических наблюдений. Строгого обоснования и дальнейшего развития в его исследованиях она не получила. До настоящего времени остаются плохо изученными те основные свойства сигнальных систем, которые лежат в основе предложенной ученым классификации. Поэтому имеются расхождения во мнениях относительно природы и содержания второй сигнальной системы, а сами такие рассуждения носят гипотетичный характер.

Как отмечает В. В. Печенков (1997), одни исследователи ограничивают ее только речью в ее слышимом и видимом выражении, другие, как Л. А. Орбели (1949), включают в функции второй сигнальной системы и мышление, а также восприятие и переработку других, неречевых, видов знаков (музыкальных звуков, рисунков, выразительных движений) на том основании, что способность к символизации носит всеобщий характер и не связана со спецификой используемых средств.

Однако И. П. Павлов высказывался в том духе, что художественный тип не уступает мыслительному в развитии речевых и логических возможностей. Главное, что отличает «художников», — это синтетическая стратегия приема и обработки информации, благодаря чему они схватывают действительность целиком, не расчленяя ее на части. «Мыслителей» же отделяет преимущественно аналитическая стратегия восприятия и освоения действительности.

Не может не возникнуть желание сопоставить эти типы с функциональной асимметрией мозга, так как синтетическая стратегия присуща правому полушарию, а аналитическая — левому. Доминирование правого может приводить к появлению «художников» (преобладание первой сигнальной системы), а доминирование левого — «мыслителей» (преобладание второй сигнальной системы).

Есть и другие точки зрения. Например, А. М. Иваницкий (1971) полагает, что мыслительный тип характеризуется преобладанием специфической системы восходящих проекций мозга, а художественный тип — преобладанием неспецифической системы восходящих проекций. Некоторые ученые предлагают вообще отказаться от понятий «первая сигнальная система» и «вторая сигнальная система».

Как бы то ни было, но факт доминирования одного из типов мышления остается незыблемым. Они тесно связаны с особенностями восприятия, поэтому можно выделять типы людей и на этой основе. Установлено, что яркое эмоционально-образное восприятие и понимание художественных произведений характерно для людей художественного типа (Г. В. Быстрова, 1968; В. С. Мерлин, 1958; В. П. Ягункова, 1966; Л. П. Калининский, 1971). Однако остаются неясными связи этих типов с «общими» типами, со свойствами нервной системы.

Некоторые исследования (Б. Н. Брикс, 1961; Г. В. Быстрова, 1976, В. В. Печенков, 1997) вселяют надежду на обнаружение таких связей. Например, Л. П. Калининский показал, что более успешное применение выразительных средств языка зависит от наличия у субъекта слабой нервной системы. И. П. Павлов предполагал, что «мыслителям» должны соответствовать меланхолики, а «художникам» — холерики (последние же, по нашим данным, имеют слабую нервную систему). Эти косвенные свидетельства связи преобладания первой сигнальной системы со слабостью нервной системы нашли подтверждение в прямых сопоставлениях свойства силы с доминированием одной из сигнальных систем.

Согласно Г. В. Быстровой, преобладание второй сигнальной системы наблюдается лишь у тех, кто имеет сильную или среднюю по силе нервную систему (хотя среди них довольно много и лиц с преобладанием первой сигнальной системы). Ни один человек со слабой нервной системой не показал преобладания второй сигнальной системы, хотя отсутствие доминирования какой-либо одной из них не было редкостью.

В исследовании Н. Е. Высотской (1976), проведенном на выборке учащихся хореографического училища, была установлена связь артистических способностей (эмоциональной выразительности, артистичности и пластичности, танцевальности) со свойствами нервной системы. У учащихся с выраженными артистическими способностями чаще встречалась слабая нервная система, подвижность возбуждения и торможения, преобладание возбуждения по «внешнему» и «внутреннему» балансу. Сильная нервная система, как было выявлено в этом исследовании, мешает эмоциональной выразительности.

Если учесть, что, по данным Н. Е. Высотской, у учащихся с хорошо выраженными артистическими способностями отмечалось и преобладание первой сигнальной системы, можно с большой долей вероятности предполагать: для «художественного типа» характерны именно те типологические особенности проявления свойств нервной системы, которые свойственны учащимся с выраженными артистическими способностями.

Этот вывод подтверждается результатами, полученными в лаборатории Э. А. Голубевой (Н. Я. Большунова, 1981; Э. А. Голубева, 1980, 1982; Г. С. Игнатович, 1979; М. К. Кабардов, 1983; В. В. Печенков, 1975, 1997).

В исследованиях этих авторов показано, что доминированию одной из сигнальных систем сопутствуют своеобразные *комплексы типологических особенностей*. С преобладанием первой связаны образно-действенный стиль восприятия,

мышления и памяти, высокая активированность (слабость) и лабильность нервной системы, а также преимущественная роль правого полушария. С преобладанием второй — вербально-логический стиль познавательной деятельности, низкоактивированная (сильная) и инертная нервная система, а также доминирование левого полушария.

Однако из этого вовсе не следует, будто каждый выдающийся художник (в широком смысле этого слова — артист, писатель, живописец, музыкант) имеет слабую нервную систему, подвижность нервных процессов и преобладание возбуждения над торможением. (В одной работе автор на том основании, что Лев Толстой является великим художником слова, утверждает, будто писатель имел слабую нервную систему.) Такое вульгарное толкование специального типа свойствами нервной системы имеет мало общего с научным решением вопроса.

Например, даже в хореографии, одном из наиболее эмоциональных видов искусства, эмоциональность восприятия, связанная с названными выше свойствами нервной системы, не всегда служит тем фундаментом, на котором строится мастерство артистов балета. Многие достигают его за счет техники исполнения, последняя же связана с инертностью нервных процессов, обеспечивающей хорошую двигательную память (запоминание параметров движений) и память на движения (запоминание двигательных композиций).

О том, какие типы чаще преобладают у людей — мыслительные, смешанные или художественные — имеются весьма скудные данные. В исследовании В. Г. Маранцмана (1985) был выявлен ряд соотношений (табл. 17.1).

Таблица 17.1

Типологические особенности испытуемых разного возраста, %

Класс	«Художники»	«Мыслители»	Средний тип
VI	26	22	52
VIII	25	25	50
X	26	32	42

Как видно из таблицы, число учащихся всех трех типов довольно стабильно повторяется от одного класса к другому, если не считать небольшое увеличение числа «мыслителей» за счет среднего типа.

Имеются сведения (Ш. С. Байтикова, 1978) о разной обучаемости лиц с преобладанием первой или второй сигнальной системы: у первых она меньше.

16.5. Склад ума и типы мышления

Выделяют четыре склада ума: *практический*, *художественный*, *гуманитарный*, *математический*.

Каждому соответствуют предпочитаемые типы мышления.

Люди с практическим складом ума предпочитают предметное мышление, для которого характерны неразрывная связь с предметом в пространстве и времени, осуществление преобразования информации с помощью предметных действий, последовательное выполнение операций. Результатом такого типа мышления становится мысль, воплощенная в новой конструкции.

Субъекты с художественным складом ума предпочитают образный тип мышления. Это отделение от предмета в пространстве и времени, осуществление преобразования информации с помощью действий с образами. Операции могут осуществляться как последовательно, так и одновременно. Результатом служит мысль, воплощенная в новом образе.

Индивидуумы с гуманитарным складом ума предпочитают знаковое мышление. Оно характеризуется преобразованием информации с помощью умозаключений. Знаки объединяются в более крупные единицы. Результатом является мысль в форме понятия или высказывания, фиксирующего существенные отношения между обозначаемыми предметами.

Наконец, люди с математическим складом ума отдают предпочтение символическому мышлению, когда происходит преобразование информации с помощью правил вывода (например, алгебраических правил). Результат — мысль, выраженная в виде структур и формул, фиксирующих существенные отношения между символами.

16.6. Об эмоциональных стилях

С. Л. Рубинштейн (1946) писал:

> Каждая сколько-нибудь яркая личность имеет свой более или менее ярко выраженный эмоциональный строй и стиль, свою основную палитру чувств, в которых она, по преимуществу, воспринимает мир (с. 488).

Но впервые серьезно заговорил о стереотипах эмоционального реагирования Б. И. Додонов (1977). Эти стереотипы, по его мнению, составляют компонент психологического склада личности. Затем, изучая деятельность учителя, А. Я. Никонова (1987), а также вместе с А. К. Марковой (1987) выделили эмоционально-импровизационный и эмоционально-методичный стили. Однако, как считает Л. Я. Дорфман (1989), особенности эмоциональных проявлений не следует включать в характеристику стилей деятельности или когнитивных стилей, а нужно выделять в самостоятельные эмоциональные стили личности.

Основанием для этого, по его мнению, служит то, что переживания могут рассматриваться как деятельность. А всякая деятельность имеет свои стили. Следовательно, возможно выдвигать идею и об эмоциональных стилях.

Методологической опорой логических построений Л. Я. Дорфмана является работа Ф. Е. Василюка (1984) о психологии переживаний. Но ее автор понимает переживание как деятельность по перестройке психологического мира, направленную на установление смыслового соответствия между сознанием и бытием в ситуации, когда изменившееся бытие теряет для человека смысл. Переживание, по Ф. Е. Василюку, ближе не к эмоциональному состоянию, а к ситуации преодоления. Термин «переживание» в его работе имеет скорее обыденное значение («как тебе все это удалось пережить»). И тогда корректнее было бы говорить не об эмоциональных стилях, а о стилях (стратегиях) преодолевающего поведения.

Л. Я. Дорфман пишет также о *деятельности по производству эмоциональных переживаний* (например, деятельность музыканта-исполнителя). Но музыкант производит музыку, а вызовет ли она у слушателя переживания и какие — это зависит от последнего. Следовательно, хотя исполнение музыкального произведения и сопровождается эмоциональными переживаниями, стиль такой деятельно-

сти опять-таки отражает предметную деятельность, в которой выделить ее эмоциональную составляющую практически невозможно. Поэтому неясно, как можно говорить о самостоятельном статусе эмоциональных переживаний в деятельности музыканта-исполнителя.

Под эмоциональным стилем Л. Я. Дорфман понимает (вслед за не очень четким определением стиля В. С. Мерлиным) взаимоотношения объективных требований собственно эмоциональной деятельности и свойств индивидуальности. Речь идет о том, как человек действительно переживает окружающий его мир, какую систему взаимосвязанных эмоциональных средств, способов использует. При этом в число таковых включаются не только переживания, но и процессы, порождающие их и порождаемые ими.

В этих представлениях автора многое требует расшифровки и уточнений; в частности, что значит: по-разному переживать одни и те же эмоции (не означает ли это, как признается и сам Л. Я. Дорфман, — разные эмоциональные формы взаимоотношений, а не эмоциональной деятельности?), что конкретно стоит за процессами, порождаемыми переживаниями и порождающими переживания и т. д.) Не корректнее ли, как это сделано в работе Л. М. Страховой (1991), размышлять не об эмоциональном стиле, а о разных стилях *эмоционального поведения*, выражения эмоций (экспрессии)?

Серьезным препятствием для постулирования эмоциональных стилей как разных способов переживания является требование считать стилем деятельности только устойчивый набор средств и способов ее осуществления. Это понимает и сам Л. Я. Дорфман. И здесь он прибегает к обоснованию стиля с помощью утверждения, хотя и подкрепляемого авторитетом В. С. Мерлина, но не кажущегося мне убедительным. Он ссылается на монографию В. С. Мерлина (1986), в которой сказано об изменении стиля в зависимости от объективно складывающихся требований деятельности. Однако стиль — это тактика, которая может быть реализована разными средствами, приемами. Например, борец атакующего стиля, зная сильные и слабые стороны своего противника, может использовать одни приемы нападения, а в схватке с другим соперником — иные приемы атаки. Однако от этого атакующий стиль не перестает быть таковым. Если же борец поменяет манеру ведения схватки (станет контратаковать), значит, он изменит своему стилю.

Формула стиля, выдвинутая В. С. Мерлиным — «взаимоотношения объективных требований деятельности и свойств индивидуальности», — действительно, дает возможность трактовать стиль как изменчивую манеру поведения, деятельности, но это не означает, что она адекватно отражает сущность стиля. Последний может формироваться и вопреки объективным требованиям деятельности, по принципу «мне так удобно».

Неубедительны и рассуждения Л. Я. Дорфмана об эмоциональных и внеэмоциональных средствах, характеризующих эмоциональные стили. Не очень понятно, почему различные эмоции принимаются автором за средства проявления эмоциональных стилей, если в приводимых им примерах речь о стилях не идет.

Оценивая в целом стремление Л. Я. Дорфмана теоретически обосновать наличие эмоциональных стилей, нельзя отделаться от впечатления искусственности описанной модели эмоционального стиля в соответствии с моделью стиля деятельности, описанной В. С. Мерлиным.

ГЛАВА 17

Стили руководства и общения

17.1. Понятие о стиле руководства

Поскольку руководство людьми является одним из видов деятельности, а именно управленческой, его стили тоже можно рассматривать как особую категорию стилей деятельности.

Понятие о стилях руководства предложил К. Левин, который изучал их вместе со своими сотрудниками Р. Липпит и Р. Уайт (C. Levin., R. Lippett., R. K. White, 1939), обратившись к особенностями руководства детским коллективом. Ими выделены две стороны руководства: содержание решений, предложенных лидером группе, и техника (приемы, способы) их осуществления.

С тех пор стилям руководства в социальной, педагогической и спортивной психологии уделяется большое внимание. Особенно интенсивно этот вопрос изучался отечественными исследователями в 1970–1980-е гг. (В. Г. Афанасьев, 1977; И. П. Волков, 1973; А. Л. Журавлев, 1983; А. А. Русалинова, 1980; и др.).

С точки зрения А. А. Русалиновой (1980), стиль руководства — это стабильно проявляющиеся особенности взаимодействия руководителя с коллективом, формирующиеся под влиянием как объективных, так и субъективных условий управления, личных особенностей руководителя.

Взаимодействие руководителя с подчиненными предполагает:

- выбор задач, принятие решений;
- организацию группы и выбор методов побуждения;
- осуществление контроля;
- установление взаимоотношений с подчиненными;
- регуляцию информационных потоков;
- установление обратной связи с коллективом;
- взаимодействие с общественными организациями.

Осуществляться эти функции разными руководителями могут совершенно различным образом, в связи с чем и говорят о стилях руководства.

По А. А. Русалиновой, характеристики стиля таковы:

- активность — пассивность,
- единоначалие — коллегиальность в принятии решений,
- директивный — попустительский характер воздействий,
- ориентация на позитивную — негативную стимуляцию,
- дистантные — контактные отношения с подчиненными,

- централизация — децентрализация информационных потоков,
- наличие — отсутствие обратной связи с коллективом.

Они не исключают друг друга, могут сочетаться в разных комбинациях, обусловливая степень выраженности того или иного стиля.

А. Л. Журавлев и В. Ф. Рубахин (1976) под *стилем руководства* подразумевают *индивидуально-типологические особенности целостной, относительно устойчивой системы способов, методов, приемов воздействия руководителя на коллектив с целью эффективного и качественного выполнения управленческих функций.*

Стиль руководства — это интегративная характеристика деятельности руководителя, в которой отражаются его личностные качества, взаимоотношения с подчиненными и особенности деятельности (Н. В. Ревенко, 1980).

Некоторые авторы отождествляют лидерство и руководство и соответственно стили первого и второго (например, А. В. Либин, 2000). С моей точки зрения, это разные социально-психологические феномены. Другое дело, что многие, *стремящиеся быть лидерами*, становятся в конце концов и руководителями.

17.2. Классификации стилей руководства

Различные авторы предлагают свои основания для описания стилей руководства:

- комплекс систематически используемых методов принятия решения (И. П. Волков, А. Л. Журавлев, А. А. Русалинова и др.);
- совокупность типичных и относительно устойчивых методов и приемов воздействия руководителей на подчиненных, т. е. стиль общения;
- личностные качества руководителя, обусловливающие выбор тех или иных приемов и методов деятельности (Д. П. Кайдалов и Е. И. Сулименко, 1979; Д. Каунд [D. M. Cound, 1987]);
- совокупность норм и правил, которых придерживается руководитель по отношению к подчиненным (Дж. Перселл [J. Purcell, 1987]);
- ориентация на производственные задачи либо на человеческие отношения в коллективе (Ф. Фидлер [F. Fiedler, 1967]);
- представления о человеческой природе как таковой (Д. Мак-Грегор [D. Mac-Gregor, 1960]).

Например, Мак-Грегор разработал две модели руководителей — *X* и *У*. В соответствии с первой руководитель должен непременно обладать чертами диктатора, поскольку полагает:

- люди обычно не любят работать и стараются уклониться от своих обязанностей;
- работников нужно заставлять трудиться, манипулировать ими, угрожать и наказывать, чтобы добиться выполнения стоящих перед организацией целей;
- люди хотят быть направляемыми, стремясь к защите и избегая ответственности.

Руководитель, соответствующий модели *У*, исходит из прямо противоположных представлений:

- людям нравится работать, и для многих в труде скрыт источник удовлетворения;
- большинство работников руководствуются самодисциплиной и не нуждаются в угрозах; они также заинтересованы в достижении общих целей;
- многие не только избегают ответственности, но, напротив, стремятся к ней;
- способности к творчеству в решении организационных проблем присущи не только избранным руководителям;
- поощрение является наилучшим способом для того, чтобы вдохновить людей на выполнение задач, стоящих перед организацией.

Существует несколько классификаций стилей руководства, но наиболее распространенная — та, которая корнями уходит в представления К. Левина. Согласно ей выделяются *автократический (авторитарный)*, *демократический* и *либеральный (попустительский)* стили, различающиеся по степени сосредоточенности у руководителя функций руководства и участии его и руководимого им коллектива в принятии решений.

Автократический (авторитарный) стиль подразумевает жесткое руководство — распоряжения, инструкции, требующие от группы неукоснительного выполнения. Придерживающийся этого руководитель определяет всю деятельность группы, прописывает все технические приемы и действия.

Для этого стиля характерны четкая постановка целей деятельности, энергичная форма отдачи распоряжений, приказаний, нетерпимость ко всему, что идет вразрез с мнением руководителя. Члены группы у такого руководителя постоянно находятся в состоянии неопределенности относительно своих будущих действий, знают только свои частные задачи.

Связи между участниками сводятся руководителем до минимума, так чтобы они осуществлялись только через его посредничество или при его наблюдении. Руководитель при необходимости разбивает подчиненных на группы, не считаясь с их мнением. В похвалах и критике придерживается только своего мнения.

По мнению К. Левина, авторитарный стиль руководства — это обезличенность и отчужденность, но не откровенная враждебность.

Как развивается авторитарная личность? По мнению Адорно (Adorno et al., 1950), ее корни лежат в опыте детства (см. рис. 17.1). У ребенка, который получил строгое воспитание, которого много наказывали, который рос без любви, с большей вероятностью разовьется авторитарный тип личности. Жесткое обращение вызывает у ребенка враждебность по отношению к родителям, но так как для него это чувство является неприемлемым, она остается неосознанной. Происходит мотивированное забывание или то, что Фрейд называл вытеснением. Ребенок идеализирует своих родителей и впоследствии ведет себя подчиненно по отношению к властным фигурам, но в его подсознании остается сильная враждебность, перенаправляемая на безобидное меньшинство...

Альтмейер (Altmeyer, 1988) получил данные, свидетельствующие о том, что корни авторитарности лежат не в раннем детстве, а в подростковом возрасте. Подростки, чьи родители ведут себя авторитарно, подражают им, и последние подкрепляют такое поведение. Согласно этой точке зрения, развитие авторитарной личности имеет мало или даже ничего общего с подавленной ненавистью к родителям.

Есть также многочисленные данные, которые показывают, что авторитарное поведение – в большей степени результат действия культурных условий, чем личностных склонностей (*Айзенк М.* Психология для начинающих. СПб., Питер, 2003. С. 201–202).



Рис. 17.1. Черты, присущие авторитарной личности (по Адорно с соавторами, 1950)

Поскольку, как считает А. Л. Журавлев, стиль руководства одновременно включает в себя три в разной степени выраженных компонента: директивность, коллегиальность и невмешательство (попустительство), то, кроме трех крайних типов, автор выделяет и промежуточные: *директивно-коллегиальный*, *директивно-попустительский*, *попустительски-коллективный*, а при равенстве разных компонентов — *промежуточный* и *смешанный*. Кроме того, по степени выраженности компонентов каждый из них делится на *невыраженный*, *оперативный* и *выраженный*. На нижнем уровне управления наиболее распространен смешанный стиль, на среднем и высшем — директивный и попустительский.

Польский психолог Е. Старостяк выделил в авторитарном стиле три подтипа:

1. *Жесткий*. Такой руководитель строг, но справедлив, поддерживает уже сложившиеся взаимоотношения в коллективе даже при изменении ситуации; приверженец субординации, хорошо относится к подчиненным, которые «знают свое место». Многие принимают данный способ руководства, так как он уменьшает их личную ответственность за неудачу коллектива. При этом подчиненные считают, что выполняют лишь индивидуальные обязательства.
2. *Хозяйский*. Подобный руководитель навязывает свою позицию отеческой заботы о подчиненных, уделяет внимание повышению их материального благополучия, вмешивается в их дела, даже личные. Особенно часто этот подстиль руководства встречается у тренеров спортивных команд. Преувеличенная защита и опека подчиненных может вызвать у тех ответную агрессивную реакцию. Они будут оказывать серьезное сопротивление руководителю, который, по их словам, не позволяет им «даже дышать». Другие

привыкают к такой системе руководства и будут порой стремиться к ее сохранению, поскольку любое их действие и желание в этом случае уже «запрограммированы». В итоге данный подстиль руководства снижает деловую и общественную активность подчиненных и в ряде случаев лишает их умения вести самостоятельную жизнь.

3. *Непоследовательный*. Это неумелый, несобранный, как правило, деспотичный руководитель. Он проявляет видимость могущества, но неуверен в себе, предпочитает выдвигать в актив более слабого, но покорного, чем более знающего, но самостоятельного. Мелочно придирчив, готов идти на компромисс, который поможет ему уйти от ответственности в случае неудачи.

При **демократическом стиле** руководства группа в той или иной мере подключается к организации деятельности. Руководитель разрешает членам группы участвовать (и даже приветствует это) в определении содержания ее деятельности, распределяет между ними ответственность, поощряет и развивает отношения между подчиненными, стремясь уменьшить внутригрупповое напряжение; создает атмосферу товарищества и делового сотрудничества. Все члены группы в общем виде знают все основные этапы деятельности. Когда кто-то просит совета, руководитель предлагает на выбор не один, а несколько способов достижения цели. Сотрудники разбиваются на группы по их желанию. Руководитель старается быть объективным в своей похвале и критике их участников.

Позицию руководителя, придерживающегося демократического стиля, можно охарактеризовать как «первого среди равных». Его власть необходима для рационального выполнения стоящих перед коллективом задач, но не основывается на приказах и репрессиях. Такой руководитель более доступен для подчиненных, которые чувствуют себя с ним свободно и общаются охотно. Предоставление подчиненным в ряде случаев самостоятельности и инициативы способствует формированию у них зрелого в социальном плане поведения.

Однако отсутствие жесткости и агрессивности подобный руководитель должен компенсировать большей, чем обычно, включенностью в работу. Настойчивость, последовательность и такт — главное «оружие» руководителей, демонстрирующих этот стиль руководства.

Одним из наиболее знаменитых был эксперимент, проведенный Левином вместе с коллегами Липпитом и Уайтом в 1939 году по выяснению влияния авторитарного и демократического климата на отношения членов группы и групповые явления.

...В одном случае лидер целиком определял деятельность группы, он должен был говорить, что и как делать, распределять задания, формировать работающие пары, оценивать и критиковать работу; одним словом, доминировать над группой – так создавалась атмосфера авторитарного лидерства. Во втором случае цели и средства их достижения устанавливались в результате группового обсуждения, участники всегда имели право выбора действий, сами распределяли работу и подбирали себе напарников; в своих оценках руководитель стремился к объективности и старался быть скорее членом группы, чем ее руководителем, что в целом, по мнению исследователей, и составляло суть демократического стиля лидерства.

Одиннадцатилетние дети, которые собирались после школы и мастерили разные поделки, были разделены на две группы по пять человек в каждой. Они встречались одиннадцать раз, и ими руководил один и тот же человек (Липпит), который в одной группе играл роль демократического лидера и создавал демократическую атмосферу, а в другой – роль авторитарного лидера. Пятеро наблюдателей фиксировали особенности поведения лидера и детей, количество и характер действий лидера и т. д.

Анализируя результаты, экспериментаторы пришли к следующему выводу: хотя группы действовали в одних и тех же условиях, между ними быстро возникали различия. А к последним встречам контраст становился разительным. В авторитарно управляемых группах наблюдалось больше ссор и враждебности, тогда как группы с демократическим управлением демонстрировали большую дружественность и для них был характерен дух группы (*Гришина Н. В.* Курт Левин: жизнь и судьба // Левин К. Разрешение социальных конфликтов. СПб.: Речь, 2000. С. 56–57).

При **либеральном (попустительском) стиле** руководитель вмешивается, участвует в организации деятельности группы только в том случае, когда члены последней обращаются к нему, причем его вмешательство реализуется в форме совета и объяснения. Членам группы дается полная свобода принимать свои собственные решения. Материалы и информация предоставляется им только тогда, когда об этом они просят сами. Руководители, демонстрирующие такой стиль, замечания делают редко.

Существуют и иные классификации стилей руководства, в которых так или иначе учтены и вышеприведенные стили. Так, Е. С. Кузьмин и его соавторы (1971), предложив расширенный вариант, выделили пять стилей: дистанционный, контактный, целеполагающий, делигирующий, проблемно-организующий.

Л. Д. Кудряшова (1986) выделяет следующие типы руководителей.

1. «*Регламентатор*». Его идеал — полная регламентация деятельности подчиненных в должностных инструкциях и приказах.
2. «*Коллегиал*». Видит залог успеха деятельности в коллективных формах принятия решений.
3. «*Спринтер*». Хорошо реагирует на быстро меняющиеся управленческие ситуации, своевременно принимает решения.
4. «*Объективист*». Главный упор делает на объективные факторы, влиянием которых объясняет успехи и неудачи.
5. «*Волокитчик*». Старается всячески оттягивать решение проблем и выполнение указаний.
6. «*Максималист*». Не признает «мелкие» проблемы руководства, неудовлетворен, если подчиненный выполнил задание просто хорошо, всегда стремится к максимально достижимому и требует этого.
7. «*Организатор*». Считает главным решение ключевых проблем, разработку эффективного и реально выполнимого плана.
8. «*Хлопотун*». Его девиз: «Руководство состоит из мелочей». Такой руководитель держит в голове множество мелких дел, пунктуален, дисциплинирован, исполнителен, однако тонет в «текущих» делах, не может отличить главное от второстепенного.

И. Ниномийя (J. S. Ninomiya, 1988) предложил следующую классификацию стилей руководства.

1. «*Патриарх*». Старается обеспечить полный контроль над всеми аспектами деятельности подчиненных, от которых требуется безоговорочная исполнительность. Подчиненные не привлекаются к подготовке решений.
2. «*Птица страус*». Ориентируется на свой статус, стремится избежать конфликтов, боится различий во мнениях. Для такого руководителя характе-

рен высокий уровень компетенции; вместе с тем он более подходит на роль ассистента, поскольку ему не хватает инициативы и гибкости.

3. *«Индивидуалист»*. Стремится все сделать сам; подчиненные у такого руководителя обычно лишены всякой инициативы, быстро теряют интерес к делу.
4. *«Педант»*. Все желает знать в самых подробных деталях, выступает против коллективного принятия решений, нередко никому не доверяет.
5. *«Политик»*. Не показывает, что имеет собственное мнение, хорошо чувствует конъюнктуру.
6. *«Посредник»*. Хорошо знает людей, коммуникабелен, сторонник группового принятия решений и совместного творчества. Склонен к компромиссам в любой момент, не способен проявить волю, когда того требует обстановка.
7. *«Прилежный бобер»*. Сам готовит план деятельности для себя и для подчиненных, успех своей деятельности оценивает по чисто формальным показателям (числу написанных или исполненных деловых бумаг). Не ориентирован на высокий конечный результат. Главное для него — сам процесс работы.

И. Ниномийя считает, что эти стили руководства встречаются не изолированно друг от друга, а в различных комбинациях.

В создании подобных классификаций на западных психологов существенное влияние оказали представления Ф. Фишера. Как он полагал, стили деятельности выделяются в зависимости от того, какова направленность руководителя — на решение задачи или на взаимоотношения с подчиненными. Используя этот подход, ряд психологов выдвинули свои классификации стилей руководства.

Р. Лайкерт (R. Likert, 1961) пишет о четырех стилях: эксплуататорски-авторитарном, благосклонно-авторитарном, консультативно-демократичном, основанном на участии.

Р. Херси и К. Бланшар (R. Hersey, K. Blanshard, 1982) считают, что стили руководства (лидерства) определяются «зрелостью» исполнителей: их желанием достичь поставленных целей, образованием и опытом, готовностью нести ответственность за свое поведение. В соответствии с этим они выделяют четыре стиля:

- *указания*: когда исполнители незрелые, заметна высокая ориентация на задачу и низкая — на взаимоотношения;
- *продажи*: когда уровень зрелости исполнителей средний, и они ориентированы на задачу и на взаимоотношения;
- *ориентации на участие в принятии решений*: когда зрелость исполнителей можно охарактеризовать как умеренно высокую, ориентация на взаимоотношения высокая, а на задачу — низкая;
- *делегирования*: когда уровень зрелости исполнителей высокий, а вот ориентация на задачи и взаимоотношения низкая.

Американские исследователи Р. Хаус, Т. Митчелл (R. Hous, T. Mitchell, 1974) выделили четыре типа руководства.

1. *Поддерживающее руководство* (дружеское отношение руководителя к подчиненнным, интерес к их потребностям и статусу).
2. *Директивное руководство* (четкая регламентация действий подчиненных, контроль за выполнением задания).

3. *Разделяемое руководство* (стремление консультироваться с подчиненными и учитывать их предложения).
4. *Руководство, ориентированное на достижение* (акцент на высококачественное выполнение задания).

Р. Блейк и Дж. Мутон (R. Blake, J. Mouton, 1969) выделяют пять стилей руководства.

1. *Управление в духе загородного дома*: уделяется большое внимание удовлетворению потребностей людей, что создает благоприятную почву для создания в коллективе комфортной и дружелюбной атмосферы.
2. *Обедненное управление*: прилагается минимум усилий для достижения необходимых производственных результатов.
3. *Власть — подчинение*: человеческие аспекты присутствуют в минимальной степени, главное — производственный результат.
4. *Организационное управление*: балансирование между необходимостью в достижении производственных результатов и поддержанием на удовлетворительном уровне морального настроя рабочих.
5. *Групповое управление*: производственные успехи определяются преданными своей работе людьми, взаимоотношения между которыми основаны на доверии, уважении и взаимозависимости.

Р. Танненбаум и У. Шмидт (R. Tannenbaum, W. Schmidt, 1973) выделили в континууме руководства — от ориентации на вышестоящего руководителя до ориентации на подчиненных — семь стилей, согласно которым управляющий:

1) принимает решения, которые подчиненные выполняют;
2) должен разъяснять свои решения, чтобы добиться их выполнения;
3) выносит свои решения, но должен прислушиваться к вопросам подчиненных;
4) предлагает предварительные решения, которые могут быть изменены после внесения предложений подчиненными;
5) излагает проблему, получает советы от подчиненных, а затем принимает решение;
6) устанавливает пределы, в которых подчиненные принимают решения;
7) совместно с подчиненными принимает решения.

Другие авторы — В. Врум и П. Йетон (V. Vroom, P. Yetton, 1973) — различают пять стилей, говоря о континууме от авторитарно-консультативного до полного участия подчиненных в управлении.

М. Джеймс (M. James) указывает семь отрицательных типов руководителей.

1. Излишне критически настроенный руководитель, считающий, что добиться положительных результатов в работе подчиненных можно лишь в том случае, если постоянно выказывать недовольство ими. Такая манера поведения отрицательно сказывается на эффективности работы подчиненных, поскольку избыточной критикой подрывается вера людей в их возможности, нарушаются взаимоотношения, слабеет доверие и растет протест по отношению к руководителю.

2. Излишне «патерналистски» настроенный руководитель, оберегающий своих подчиненных от всяких затруднений. Он подавляет развитие деловых качеств подчиненных тем, что снимает с них ответственность.
3. Непоследовательный руководитель, который в течение коротких промежутков времени с легкостью меняет свои требования к подчиненным или вопреки ранее высказанным требованиям и заданиям заставляет их отчитываться за такие результаты работы, достижение которых не предусматривалось.
4. Уклоняющийся от непосредственного руководства, стремящийся переложить полномочия и ответственность на подчиненных.
5. «Сверхорганизованный» руководитель, единственной и абсолютной ценностью для которого является выполнение подчиненными работы в соответствии с установленными им требованиями. Такие руководители все силы отдают тщательному регламентированию работы, ее планированию, поэтому у них не остается времени на реализацию задуманного. Этот стиль формирует у подчиненных индифферентное отношение к работе, хотя сами руководители относятся к ним дружественно и оказывают поддержку.
6. Руководитель, стремящийся охватить все вопросы. Он создает вокруг себя атмосферу беспокойства, порождает у подчиненных чувство неуверенности и напряженности, вызванное постоянной готовностью к неожиданным требованиям.
7. Руководитель, конфликтующий с другими руководителями, создает множество затруднений для подчиненных, так как последние опасаются установления хороших отношений с любым из руководителей, боясь вызвать недовольство одного из них. (Надо отметить, что это вряд ли можно рассматривать как стиль руководства.)

17.3. Стиль руководства и личностные особенности

Как показано в работе Е. П. Ильина и Нгуена Ки Тыонга (1999а), склонность к тому или иному стилю руководства связана со многими личностными свойствами. Относительно каждого стиля руководства можно выделить комплексы этих свойств.

Приверженность к авторитарно-демократическому стилю руководства связана с независимостью (склонностью к самостоятельному принятию решений), с эгоизмом, с принятием борьбы и агрессивностью, со склонностью к администрированию и направленностью на результат деятельности, с упорством и настойчивостью.

Выбор демократического стиля руководства связан с зависимостью, со склонностью к избеганию борьбы, с альтруизмом, склонностью к лидерству и направленностью на процесс деятельности, с низким уровнем психотизма, со склонностью к компромиссам, с не очень высокой самооценкой.

Предпочтение либерально-демократического стиля руководства характерно для лиц, имеющих сходные с приверженцами «демократического» стиля личностные особенности: избегание борьбы, направленность на процесс деятельности, склонность к лидерству, к компромиссам, не очень высокая самооценка. Однако

существуют и отличия, причем не только от «демократов», но и от «автократов»: более выражена склонность к эгоизму, психотизму и конфликтности (при наименьшей агрессивности).

В. А. Толочек (1992, 2000) показал неоднородность любого из «классических» стилей руководства, что обусловлено различиями в личностных особенностях руководителей. Так, авторитарный стиль может иметь две разновидности. В одном случае его психологическими детерминантами выступают властность, жесткость, твердость, подозрительность, склонность к доминированию (корреляция с факторами $+C$, $+E$, $+H$, $+L$ по Кеттеллу), в другом — комплекс тревожности: озабоченность планами, мнительность, впечатлительность, ригидность, консерватизм, низкий самоконтроль поведения и эмоций ($-F$, $+O$, $-N$, $+M$, $-Q_I$, $-Q_{II}$, $-Q_{III}$). Еще более вариативен демократический стиль управления.

Также была обнаружена связь с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы (Е. П. Ильин, Нгуен Ки Тьонг, 1999б), в основном — с силой нервной системы. Среди «автократов» людей, у которых она оказалась большой и средней, выявлено больше (60%), чем среди «либералов (43%) и «демократов (26%). По остальным типологическим особенностям небольшие отличия установлены только у «либералов». У них оказалось несколько меньше, чем у «автократов» и «демократов», лиц с преобладанием торможения по «внешнему» и «внутреннему» балансу, а также с инертностью возбуждения и больше лиц с инертностью торможения.

Вычисления по типологическому комплексу боязливости показали, что он значительно сильнее выражен у «демократов» (93 условных единицы против 30 у «автократов» и 20 у «либералов»). Это согласуется с выявленным фактом меньшей агрессивности «демократов» по сравнению с «автократами» и меньшей их конфликтностью по сравнению с «либералами».

Н. А. Курдюкова (1997), используя опросник Кеттелла, выявила некоторые личностные особенности у учителей с различными стилями руководства по факторам E, N, Q_{II}, Q_{III}, Q_{IV}.

Учителя с *авторитарным* стилем руководства обладают следующими особенностями: стремлением к независимости, самостоятельностью в принятии решений и анализе групповых проблем, не нуждаются в одобрении и поддержке извне, обладают высоким уровнем самодостаточности. Им присущи импульсивность, низкий уровень самоконтроля, невнимательность к другим, конфликтность. Они эмоционально неустойчивы, раздражительны, нетерпеливы, испытывают трудности в общении.

Учителя с *демократическим* стилем руководства более независимы, самостоятельны, самодостаточны, чем учителя-либералы, но уступают в этом учителям-автократам. Они обладают проницательностью, хорошо понимают мотивы поведения окружающих, не испытывают затруднений при принятии решений и анализе групповых проблем. Им не присуща импульсивность поведения. Они бесконфликтны, внимательны к другим, обладают высоким уровнем самоконтроля, эмоционально устойчивы, уравновешенны, нефрустрированны.

Учителя с *либеральным* стилем руководства отличаются конформностью, зависимостью, выраженной потребностью в одобрении, поддержке окружающих, импульсивностью. Они обладают низким уровнем проницательности, конфликтностью, эмоциональной неустойчивостью, раздражительностью, нетерпеливостью

и напряженностью. В то же время для них характерны сентиментальность, непосредственность и простота в обращении.

Особенности оценивания. Разная строгость оценивания людьми друг друга не требует экспериментального подтверждения, настолько этот факт общеизвестен. В то же время работ, в которых бы стили оценивания сопоставлялись с типологическими особенностями свойств нервной системы и темперамента, очень мало.

В исследовании А. А. Бодалева (1983), когда изучались стили поведения, проявившиеся в работе с учащимися 7–10-х классов, учителя были разделены на три группы: «автократическую», «либеральную», «демократическую».

Выделенные типы отличались своеобразием своего проявления в педагогической деятельности. Оказалось, педагоги, отнесенные к «автократической» группе, сильно недооценивают развитие у учащихся таких качеств, как коллективизм, инициативность, самостоятельность, требовательность к другим. Одновременно у них было преувеличенное представление о сформированности у подростков и учащихся старших классов таких качеств, как неорганизованность, недисциплинированность, лень, безответственность, импульсивность.

Н. О. Звенигородская и Л. Н. Кулешова (1982) установили, что наиболее адекватно оценивают успешность деятельности своих рабочих бригадиры, имеющие высокую сенситивность, общительность, энергичность. Менее адекватная оценка дается бригадирами с ригидностью и интроверсией. Судя по всему, выявленные закономерности имеют отношение не только к бригадирам, но и к другим руководителям, к которым можно отнести и учителей.

Известно, например, что учителя, характеризующиеся автократическим типом руководства, переоценивают отрицательные качества учащихся, и недооценивают положительные. Как тут не вспомнить Собакевича из «Мертвых душ» Н. В. Гоголя: «Я их знаю всех: это все мошенники. Весь город там такой: мошенник на мошеннике сидит и мошенником погоняет. Все христопродавцы. Один там только и есть порядочный человек: прокурор; да и тот, если сказать правду, свинья» (*Гоголь Н. В.* Соч.: В 2 т. М.: Художественная литература, 1973. Т. 2. С. 229).

Учителя с либеральным типом руководства, наоборот, переоценивают положительные качества учеников и недооценивают отрицательные. Вспомним характеристику Манилова — еще одного героя Н. В. Гоголя: «От него не дождешься никакого живого или даже заносчивого слова, какое можешь услышать почти от всякого, если коснешься задирающего его предмета». У Манилова и губернатор «предпочтеннейший и прелюбезнейший человек», и вице-губернатор «милый человек», и полицеймейстер «очень приятный человек», и его жена «достойнейшая женщина».

Наиболее адекватно оценивают учащихся учителя, демонстрирующие демократический тип руководства.

По данным Н. А. Курдюковой (1997), по сравнению с учителями-«демократами» учителя-«автократы» занижают отметки, а учителя-«либералы» завышают их. В то же время автократический стиль, судя по полученным результатам (Е. П. Ильин, Нгуен Ки Тыонг, 1999б), более присущ лицам «агрессивного» типа, имеющим сильную нервную систему и преобладание возбуждения по «внешнему» балансу. Следовательно, есть основание связывать тип оценочных суждений учителей со свойствами нервной системы.

Имеющаяся информация позволяет считать, что склонность к тому или иному стилю руководства определяется не только личностными особенностями человека, но и природными предпосылками, в качестве которых выступают типологические особенности проявления свойств нервной системы.

17.4. Эффективность различных стилей руководства

Выяснение этого вопроса затруднено тем, что у разных авторов, как это показано выше, имеются различные подходы к классификации стилей руководства.

Как показали еще исследования К. Левина, у руководителя с демократическим стилем руководства стремление к творчеству, уровень общей удовлетворенности работой и благоприятными отношениями выше. Однако у руководителя, характеризующегося автократическим стилем, были самыми высокими показатели эффективности деятельности группы. Попустительский стиль руководства приводил к беспорядкам, увеличению фрустрированности и конфликтности, а это способствовало снижению качества работы группы.

Начнем с распространенной в нашей стране классификации, когда выделяются авторитарный, демократический и либеральный стили. В итоге анализа многих исследований, который осуществил один из зарубежных авторов, выяснилось следующее: в 11 из них исследователи обнаружили лучшее усвоение учащимися знаний при демократическом стиле руководства учителя, а в 8 работах доказывается, что лучше всего авторитарный стиль. В ряде работ также показано, что при демократическом стиле руководства достигаются лучшая групповая сплоченность и удовлетворенность учащихся, а вот относительно групповой продуктивности заметных преимуществ того или иного стиля руководства выявлено не было (Р. Л. Кричевский, 1977; А. Ю. Максаков, 1990; Р. Х. Шакуров, 1982; Р. Стогдилл, [R. M. Stogdill], 1974).

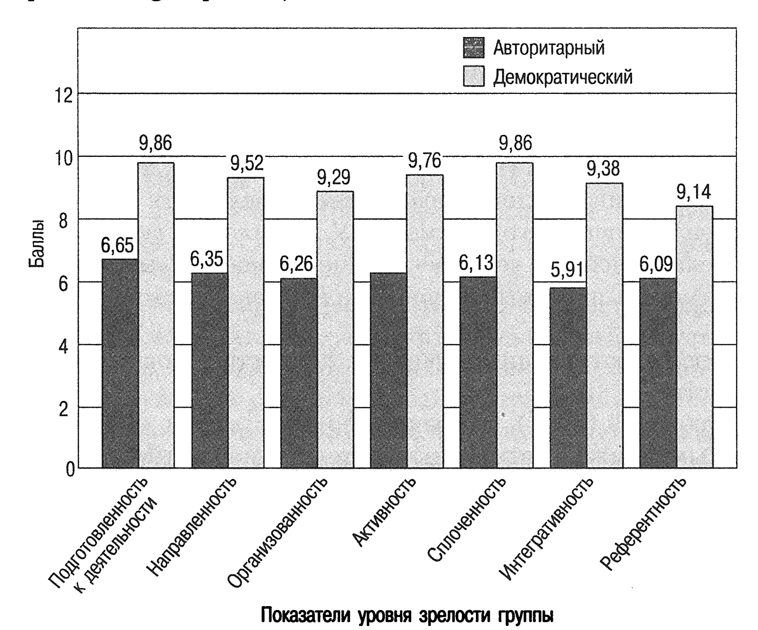


Рис. 17.2

Показатели уровня зрелости коллектива при демократическом и авторитарном стилях руководства

О. В. Волкова (2002) соотнесла социально-психологический климат со стилем руководства, которого придерживается руководитель. По всем показателям уровня зрелости коллектива преимущество было за демократическим стилем (рис. 17.2). Трудовая ситуация почти по всем показателям тоже была лучше при руководителе-демократе (рис. 17.3).

А. Л. Журавлев и В. Ф. Рубахин (1976) относят к числу наиболее эффективных с точки зрения продуктивности коллектива и его психологического климата коллегиальное (демократическое) и смешанное руководство. При этом указывается на динамический характер стиля руководства, который обусловливается социально-психологическим своеобразием коллектива и объективными условиями деятельности, а также типологическими и личностными свойствами руководителя. С этим утверждением авторов трудно согласиться.

Во-первых, стиль характеризуется устойчивостью. Если же происходит постоянное изменение, то это уже тактика руководства. Во-вторых, именно типологические особенности свойств нервной системы и темперамента обусловливают устойчивость стиля, так как они у взрослого человека практически не изменяются.

А. В. Петровский и В. В. Шпалинский (1978), Р. С. Немов (1981) считают, что для групп разного уровня развития требуются и различные стили руководства. Для коллектива, в котором каждый ее член «знает свой маневр», наиболее подходят демократический и попустительский стили. Для диффузной же группы, не готовой к самоуправлению, они окажутся наименее подходящими, так как предо-

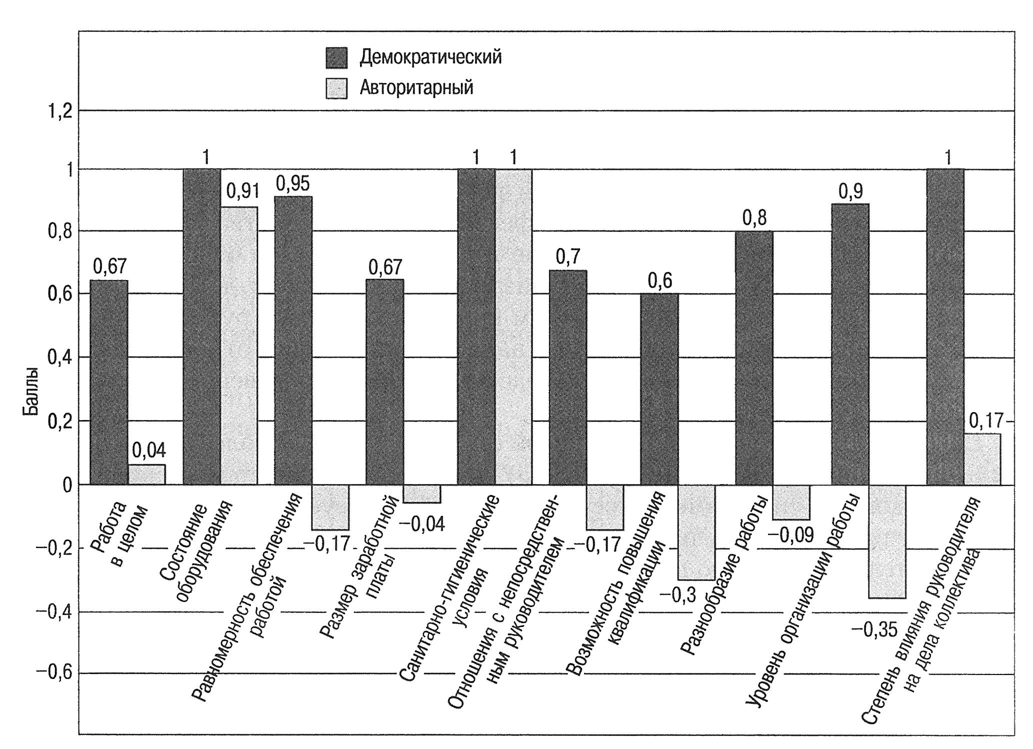


Рис. 17.3. Параметры оценки трудовой ситуации в коллективе при демократическом и авторитарном стилях руководства

ставление ей самостоятельности может лишь дезорганизовать групповую деятельность. В этом случае требуется авторитарный стиль руководства. Кроме того, последний необходим и при лимите времени на принятие решения, когда рассуждать и спорить просто некогда.

Дж. Гольдберг (J. Goldberg, 1985), ссылаясь на некоторых авторов, отмечает, что наиболее эффективен стиль, ориентированный на конечный результат деятельности, а также стиль делегирования, предполагающий отбор лидера и передачу ответственности на низший уровень управления деятельностью. По мнению Р. Блейка и Дж. Муттона, наиболее эффективным является стиль, опирающийся на групповое управление.

Согласно Ф. Фидлеру (F. Fiedler, 1967), эффективность применения того или иного стиля руководства зависит от трех основных факторов: силы позиции руководителя, структуры задачи и отношений между руководителем и членами группы.

Спрашивается, что же следовало бы поменять, если определенный стиль руководства оказывается в данной конкретной ситуации неэффективным: сам этот стиль, ситуацию или руководителя? Ф. Фидлер предлагает изменить условия, поскольку считает: стиль руководства выражает некоторую совокупность личностных черт руководителя. Напротив, как утверждают Р. Л. Кричевский и М. М. Рыжак (1985), Р. С. Немов, М. Шоу (M. Shaw, 1971), лучше поменять стиль. Однако, учитывая, что последний обусловлен личностными особенностями и свойствами темперамента и нервной системы, сделать подобное окажется делом непростым, требующим определенного времени и насилия над собой. Поэтому быстро приспособиться к новой ситуации за счет выработки нового стиля как *устойчивого* психологического образования не удастся. Если же оперативно менять способы руководства, то это будет уже не стиль, а тактика.

Ситуацию тоже изменить трудно, так как она может быть связана с постоянными факторами, не зависящими от воли человека. Поэтому легче всего, казалось бы, поменять руководителя. Однако эффективность руководства, хотя и определяется во многом его стилем, зависит не только от него, но и от квалификации данного человека, наличия у него организаторских качеств и т. д. Поэтому стиль руководства не может служить главным критерием подбора руководителя для того или иного коллектива. Кроме того, надо учитывать еще и отношение подчиненных к определенному стилю руководства, которое, естественно, может быть разным.

Если до сих пор речь шла о том, какой стиль руководства более эффективен в разных ситуациях, то Б. Б. Коссов (1983) пошел обратным путем: он попытался выявить, какими способами руководят успешные и неуспешные руководители. Автор посчитал, что есть такие динамические показатели, в которых успешный руководитель обязательно должен превосходить менее успешного, и по ним возможно прогнозировать успешных руководителей. К таким показателям Б. Б. Коссов отнес самообладание, эмоциональную устойчивость, умение организовать эффективное взаимодействие исполнителей и др. Это действительно важные составляющие успешного руководства. Но при чем здесь стиль? Он не определяется по успешности деятельности руководителя. Один и тот же стиль может сделать руководителя как успешным, так и неуспешным в зависимости от того, в какой ситуации тот оказывается.

17.5. Отношение подчиненных к различным стилям руководства

Отношение к различным стилям руководства у подчиненных обусловливается многими факторами. Н. Ф. Федотова, например, показала, что авторитарный стиль руководства воспринимался членами группы как должный в следующих случаях:

1. Условия деятельности группы были неопределенными, вероятностными.
2. В группе нормой являлась безынициативность, привычка к пассивному выполнению распоряжений.
3. Существовал лимит времени для принятия решения.
4. Группа обладала жесткой структурой, функции каждого строго ограничены, каждый член группы «знает свой маневр».
5. Группа выполняла простые задания.
6. Численный состав группы был небольшим.
7. Члены группы оказались неуверенными в себе; в ситуации напряженности они чувствуют себя спокойнее при наличии авторитарного руководства.

По мнению Р. Хауса и Т. Митчелла, предпочитаемость подчиненными стиля руководства зависит от личных качеств субъектов деятельности и требований среды. Так, стиль, ориентированный на достижения, более соответствует ситуации, когда подчиненные стремятся к высокому уровню выработки; ориентированный на участие — когда они стремятся участвовать в процессе управления; инструментальный стиль предпочтительнее при неосознанном ими характере задач; стиль поддержки — когда задача достаточно структурирована.

В исследованиях А. Ю. Максакова (1990) и Д. А. Мишутина (1992) показано, что восприятие того или иного стиля руководства, демонстрируемого учителем или тренером, зависит от успешности учащихся в учебе по данному предмету. Школьниками и спортсменами с хорошими успехами руководство учителя и тренера воспринимается как менее авторитарное, а с плохими — как более авторитарное. Последние лучше относятся к демократическому стилю руководства, чем к авторитарному и либеральному.

Типы подчинения. Р. Б. Гительмахер (1988) описал три типа подчинения.

1. Человек воспринимает подчинение как вынужденное и внешне навязанное отношение. Эти люди отличаются плохим пониманием таких мотиваторов, как долг, необходимость. Требования к подобному человеку целесообразно облекать в форму просьбы или совета.
2. Человек вполне удовлетворен своим положением подчиненного, так как это освобождает его от необходимости принимать ответственные решения; им исповедуется принцип «пусть думает начальник».
3. Человек осознает необходимость подчинения; оно у него переходит в привычку (это называют еще «чувством долга»). Однако не заглушается его инициативность. В основе такого типа подчинения лежит критическая оценка руководителя и признание его авторитета.

17.6. Стили общения как отражение стиля руководства

В. А. Кан-Калик (1987) описал следующие стили общения.

1. «Совместное творчество»: ставятся общие для общающихся цели, решения отыскиваются совместными усилиями.
2. «Дружеское расположение»: основан на искреннем интересе к личности партнера по общению, уважительном к нему отношении, открытости контактам.
3. «Заигрывание»: основан на стремлении завоевать ложный, дешевый авторитет у партнера по общению, понравиться аудитории.
4. «Устрашение»: следствие неуверенности лица с более высоким статусом, чем у партнера по общению, или же результат неумения организовать общение на основе продуктивной совместной деятельности. Такое общение жестко регламентировано, загнано в формально-официальные рамки.
5. «Дистанцированность»: этот стиль имеет различные вариации, но суть его состоит в подчеркивании различий между партнерами по общению, и эта разница связана со служебным, социальным положением, возрастом и т. д.
6. «Менторство»: разновидность предыдущего стиля, когда один из партнеров («бывалый») принимает на себя роль наставника и беседует с другим назидательно-покровительственным тоном.

Специфические стили общения педагогов с учащимися. А. Г. Исмагилова (1991, 1992) выделяет два стиля педагогического общения. Первый, условно обозначенный как А, — организующие и корректирующие действия, прямые обращения; второй (Б) — оценочные, контролирующие и стимулирующие действия и косвенные обращения.

Стиль А характерен для учителей с сильной и лабильной нервной системой, эмоционально неустойчивых. Стиль Б более соответствует учителям с сильной и инертной нервной системой, эмоционально устойчивых.

В работе А. А. Коротаева и Т. С. Тамбовцевой (1985) выявлена роль экстраверсии — интроверсии в использовании учителями-мастерами разных приемов педагогического общения.

Для учителей-экстравертов характерными приемами оказались: обращение к учащимся на «ты», но дружески, тепло; выражение уверенности в успехе учеников, теплый тон обращения, использование юмора, шуток; эти учителя часто одобряют ответы и действия учащихся; предупреждения и замечания делают в мягкой форме; в конфликтных ситуациях ограничиваются мягкими упреками.

Для учителей-интровертов более характерным было использование следующих приемов общения: обращение к ученикам на «вы», но холодное, сохранение дистанции; для них нередок раздраженный тон общения; они чаще порицают учащихся, чем хвалят их; проявляют строгость в обращении к ученикам, недовольство выражают гневно, прибегают к нелестным для учащихся эпитетам; замечания и предупреждения выносятся жестко.

Из этого следует, что учителя-интраверты более склонны к авторитарному стилю общения и руководства.

Особенностью деятельности педагогов является то, что они в процессе обучения и воспитания учащихся осуществляют руководящую функцию. Руководство же, как говорилось выше, тоже имеет стилевые особенности.

Поскольку оно реализуется посредством общения, то последнее принимает на себя некоторые стилевые черты первого. Таким образом, между стилями руководства и общения возникает связь, которая, однако, не означает их тождества, как считают некоторые авторы. Дело в том, что стиль руководства обозначает и способ принятия решения (единоличный или коллективный), а не только манеру общения.

По данным С. В. Иванова (1990), для половины учителей физической культуры характерен демократический стиль общения, авторитарный встречается у 40% учителей, а либеральный — у 9%.

Как показано А. Ю. Максаковым (1990) и Д. А. Мишутиным (1992), педагогам с авторитарным стилем руководства присущи следующие особенности общения с учащимися: преимущественное использование монолога и императивных форм обращений; доминирование личностно-группового общения; узкий круг учащихся, с которыми они общаются индивидуально (в основном это хорошо успевающие). Учителя с демократическим стилем имеют более широкий круг индивидуального общения, чаще прибегают к диалогу и используют неимперативные формы обращений.

Учителям с авторитарным стилем руководства при педагогическом общении свойственны властное, высокомерное или снисходительное демонстрирование своей роли на уроке, превосходства в знаниях и умениях; чрезмерно строгая оценка учащихся, подавление их реплик негативными педагогическими санкциями, реагирование на просьбы о помощи как на помехи «ходу урока», необоснованное использование ограничений и запретов.

Для учителей с демократическим стилем руководства характерны противоположные приемы: стремление снять заторможенность, неловкость учащихся; ободрение, поддержка; оказание помощи в подборе слов, построении фразы; позитивная критика учащегося, демонстрирование заинтересованности в диалоге с учениками и т. д. В то же время, как отмечает Д. А. Мишутин, у этих учителей на уроках не редкостью становятся обращения учащихся, которые провоцируют конфликтные ситуации. Очевидно, ученики видят не только сильные стороны такого стиля руководства и общения, но и его слабости, возможность оказывать на учителя психологическое давление.

Таким образом, авторитарный и демократический стили общения различаются по частоте использования тех или иных форм передачи информации, воздействия на учащихся и широте общения (табл. 17.1).

Приведенную таблицу нельзя понимать так, что учителя с авторитарным стилем общения используют только инструктаж, команды и пр., а учителя демократического стиля — исключительно предложения, советы и обсуждение. Все эти формы передачи информации могут использоваться учителями с различным стилем общения, однако частота их применения у тех и других неодинакова.

Следует подчеркнуть, что стиль общения — динамическая структура, отражающая *соотношение* между различными формами обращений. Это значит, что педагоги прибегают к многим из них, но у одного преобладают формы какого-либо определенного стиля, а у другого — совершенно иного, в то же время при измене-

нии ситуации соотношение между этими формами обращений может изменяться. Так, в напряженных обстоятельствах возрастает число авторитарных форм независимо от стиля руководства. Последние чаще используются педагогами при общении с учащимися, у которых низкий и средний статус в группе, и реже при общении с ее лидерами. Эти формы чаще используются педагогами-мужчинами, чем женщинами (С. В. Иванов).

Таблица 17.1

Характеристики стилей общения учителей

Характеристика стилей	Стиль общения	
	Авторитарный	**Демократический**
Формы передачи информации	Инструктаж, команды, указания приказы	Предложения, советы, обсуждения
Формы воздействия	Требования, замечания, порицание, побуждение	Убеждения, поддержка, предложения, успокаивание, беседы, объяснения
Формы выражения воздействий	Категорическая, резкая, неодобрительная, раздраженная	Спокойная, дружелюбная, одобрительная
Широта общения	С избранным кругом учащихся	Со всеми учащимися

В отличие от других стилей деятельности, специфика реализации стилей руководства и общения состоит в том, что они по-разному воспринимаются объектами воздействия (учащимися). Соответственно возникает различное отношение тех к самому педагогу, различным образом складываются взаимоотношения.

Наиболее адекватно и доброжелательно учащиеся воспринимают демократические стили руководства и общения. Авторитарный тоже не отторгается (если он не очень жесткий), хотя степень его выраженности воспринимается по-разному. Лидеры склонны преуменьшать использование педагогом авторитарных компонентов и преувеличивают использование демократических компонентов общения. Учащиеся с низким статусом, наоборот, преувеличивают использование учителем первых компонентов и преуменьшают использование вторых. У них в большей мере проявляется потребность в демократических формах общения педагога, поэтому они предпочитают обращаться к педагогам с этим стилем руководства и общения (А. Ю. Максаков, Д. А. Мишутин).

По данным С. В. Иванова, учащиеся в большинстве случаев (58% ответов) предпочитают демократический стиль общения, реже — либеральный (26%) и еще реже — авторитарный (16%).

Р. П. Козловой (1991) показано, что испытывающие трудности в общении отличаются личностными особенностями от тех, у кого этих трудностей нет. Для первых характерны властность, неразговорчивость, заниженная самооценка и т. п., для вторых — социальная пластичность, настойчивость, спокойствие, эмоциональная устойчивость и другие качества.

Психолого-педагогические особенности опроса учащихся учителями с различными стилями руководства. Этот вопрос подробно изучен Н. А. Курдюковой. Учителя с авторитарным и демократическим стилями руководства используют

многообразные формы контроля знаний и умений учащихся, в то время как педагоги, придерживающиеся либерального стиля, чаще всего при опросе используют одни и те же методические приемы, что привносит в уроки однообразие и отрицательно сказывается на познавательной активности учащихся.

Терпеливость в общении с отвечающим и педагогический такт в большей мере присущи учителям с демократическим стилем руководства и значительно в меньшей — учителям с авторитарным и либеральным стилями, что может вызвать повышенную тревожность учеников во время опроса.

Педагогов с либеральным стилем руководства характеризует следующее: они хуже распределяют внимание между опрашиваемыми на уроке; в недостаточной мере умеют организовать учащихся быть внимательными к ответам одноклассников; опрашивают малое количество учеников; не совсем точно и доступно для тех формулируют вопросы; степень помощи с их стороны учащимся неадекватна требуемой.

Они, кроме того, эмоционально не сопереживают отвечающим, не проявляют заинтересованности в качестве ответа. Отсутствие или недостаточность организационных моментов, повышающих внимание учащихся, приводит к недостаточной дисциплине в классе. Опрос проводится ими не на каждом уроке, вопросы задаются шаблонные. Такие учителя колеблются при выставлении отметок, в основном завышая их; часто исправляют баллы в журнале, имеют большое количество уроков, когда те вообще не фиксируются, даже за домашнее задание; нередко не выставляют отметки и в дневник. В то же время они прибегают к напоминанию об оценках как способу принуждения. Характерным для учителей-либералов является нерациональное соотношение времени опроса с другими этапами урока. Они мало заботятся об организации учебной деятельности учащихся по исправлению текущих неудовлетворительных отметок.

Большинство учеников отмечают нестабильность ситуации опроса и оценивания, создаваемой на уроке учителем-либералом, и относятся к этому негативно. Положительно же это воспринимали в основном слабоуспевающие учащиеся.

Учителя с демократическим стилем руководства чаще замечают реакцию учеников на свои вопросы, эмоционально сопереживают отвечающим, проявляют заинтересованность в качестве ответа. Чаще используют способы побуждения учащихся к деятельности, чем принуждение. Большинство учащихся оценивают ситуацию опроса, которую создают такие учителя, как стабильно положительную.

Педагоги с автократическим стилем не располагают многообразием форм оценивания знаний и умений учащихся. Они редко комментируют выставляемые отметки, часто не выставляют их вовсе; не привлекают учащихся к обсуждению получаемых теми баллов, не организуют в должной мере самоконтроль и самооценку учащимися результатов учебной деятельности. Также они не используют выставление отметок как дифференцированный подход к ученикам, служащий мерой воздействия на них; негативно реагируют на то, что ученики могут оспорить полученную оценку; часто создают при опросе нервозную обстановку.

Учителя автократической направленности также демонстрируют шаблонность задаваемых вопросов, предполагающих соответственно столь же шаблонные ответы. Они эмоционально не сопереживают отвечающему; формы принуждения преобладают над побуждающими. Эти педагоги могут выставлять ученикам такие оценки за четверть, которые противоречат текущим. Учащиеся, в свою оче-

редь, оценивают организацию опроса данными педагогами как устойчиво негативную.

Стили общения тренеров со спортсменами. Как уже говорилось, стиль общения — основной компонент стиля руководства. Хотя это и устойчивая характеристика личности, степень проявления стиля зависит от той ситуации, в которой осуществляется руководство спортсменами. А. Ю. Максаков (1990) и Р. Н. Юдина (1992) выявили, что в период соревнований тренеры чаще прибегают к авторитарным формам воздействия на спортсменов, а в период тренировок — к демократичным. По данным первого исследователя, спортсмены наиболее адекватно воспринимают демократический стиль общения, авторитарный же — в зависимости от их статуса в команде. Лидеры завышают присутствие демократических компонентов и занижают — авторитарных. Для большинства спортсменов в обычных условиях приемлемы разные стили общения, но в ситуации неудач — демократический.

В то же время, согласно Р. Н. Юдиной, достижению более высоких результатов в художественной гимнастике способствует именно демократический стиль общения. Авторитарный, наоборот, может отрицательно сказаться на успешности выступления.

Если тренеры по гимнастике «демократичны», более раскованны, раскрепощены и спортсменки, упражнения выполняются ими на большой амплитуде, включаются рискованные и трудные элементы и соединения; во владении предметами выступающие чувствуют себя уверенно, движения их экспрессивны, выразительны. При авторитарном стиле общения функциональный уровень гимнасток снижается. Они теряют уверенность в своих силах, выполняют упражнения на средней амплитуде, чаще заменяют или выпускают рискованные элементы на более простые; в их движениях заметна суетливость; выступление идет с опережением темпа музыки; спорстменки менее эмоциональны. Нередко у них наблюдается состояние «стартовой апатии».

17.7. Стили самопрезентации

Важный момент в общении — самопрезентация. А. Шутц (A. Schutz, 1998) выделила четыре стиля самопрезентации: ассертивный, агрессивный, защитный, оправдывающийся.

Они создаются двумя координатами: стремление получить социальное одобрение — стремление избежать значимых потерь в социальном одобрении; активность — пассивность (см. рис. 17.4).

Агрессивная самопрезентация предполагает использование агрессивного способа представления желаемого образа. Этот стиль характеризуется большей активностью, чем ассертивный. Люди, его использующие, стремятся доминировать, чтобы выглядеть благоприятным образом. Способами реализации данного стиля самопрезентации служат: задействование принижающих оппонента оценок и сравнений; ирония, критические суждения, в том числе в адрес критикующего; ограничение темы дискуссии, направленное на изменение предметов обсуждения.

Защитная самопрезентация означает пассивное стремление избегать негативного впечатления. Люди, придерживающиеся такого стиля, часто избегают тревожащих, смущающих их ситуаций и таким образом отказываются от возможности

Рис. 17.4

Проявление стилей самопрезентации в зависимости от выраженности активности – пассивности и стремления получить социальное одобрение



сформировать благоприятное впечатление и укрепить самооценку. Эти субъекты стремятся не привлекать к себе публичного внимания, самораскрываться по минимуму; осторожно описывают себя, в чем сказывается желание не афишировать свои способности. Для них характерны минимизация социального взаимодействия, стремление сохранять молчание, дружелюбное, но пассивное взаимодействие.

К способам, реализующим самопрезентацию оправдания, относятся: отрицание («Ничего не произошло, ничего страшного не случилось»); переиначивание («Все было не так»); диссоциация («Это не я»); извинения и оправдания («Я не мог ничего сделать», «Так надо было поступить»); уступки, предполагающие принятие всей ответственности за негативные события; демонстрация раскаяния, обещания, что подобные действия больше не повторятся.

Другая классификация стилей самопрезентации имеется у Е. Джонса (E. Jones, 1964, 1990). Он выделил запугивание, ориентацию на пример (образцовое поведение), просительство и инграциацию (заботу о привлекательности собственных личностных качеств, с тем чтобы оказать влияние на другого человека).

Для осуществления стратегии *инграциации* используют ряд тактик: позитивные высказывания субъекта о самом себе; превозношение персоны, выступающей в качестве цели, с помощью лести, комплиментов и других позитивных подкреплений; проявление к этому субъекту интереса; конформность по отношению к нему; оказание каких-либо услуг.

Использование *запугивания* присуще субъектам, обладающим определенной властью, полномочиями в лишении каких-либо благ, изменения условий жизни персоны, служащей целью. В данном случае человек, применяющий такой стиль самопрезентации, зачастую угрожает адресату воздействия, чтобы добиться от него требуемого поведения.

Стратегия *образцового поведения* предполагает демонстрацию моральных достоинств субъекта самопрезентации. Это реализуется благодаря следующим поведенческим тактикам: самоотречению, пренебрежению собственными интересами, борьбе за «правое дело», оказанию помощи.

Просительство — это стиль тех, кто не обладает большой властью и предполагает демонстрацию собственной беспомощности и обращение с просьбой к объекту самопрезентации.

Как отмечает Джонс, реализация каждого из данных стилей связана для субъекта с определенным риском. Например, человек, преимущественно демонстрирующий своим поведением стратегию запугивания, рискует прослыть «буйным, слабым, нерезультативным»; придерживающийся инграциации — «льстецом, угодливым конформистом»; стратегии образцового поведения — «лицемером», а про-

сительства — «ленивым, слабым» (вспомните один из рассказов А. П. Чехова, в котором его героиня все время повторяла: «Я женщина слабая, беззащитная»).

17.8. Стили родительского воспитания

Р. Сирс (Sears, 1957) выделил два типа матерей — «снисходительный» и «ограничивающий». Первые меньше озабочены такими особенностями поведения своих детей, как хорошие манеры за столом, шумные игры, послушание, агрессия по отношению к ним самим и другим и т. д. Они в меньшей степени используют физическое наказание.

Сирс рассматривал только два параметра поведения родителей по отношению к ребенку: эмоциональная близость между матерью и ребенком и контроль.

Диана Бомринд (D. Baumrind, 1971, 1991) выделила три стиля родительского воспитания, представляющих собой комбинацию из таких элементов, как зрелость требований, контроль, коммуникативность (общение) и эмоциональная близость (табл. 17.2).

Таблица 17.2

Параметры стилей родительского воспитания

Стили	Контроль	Требование зрелости	Коммуникативность	Эмоциональная близость
Снисходительный	–	–	–	+
Авторитарный	+	+	–	–
Авторитетный	+	+	+	+

Э. Маккоби и Д. Мартин (E. Maccoby, D. Martin, 1983) видоизменили классификацию Д. Бомринд. Они выделили два основных измерения внутрисемейного взаимодействия: уровень контроля или требований и параметр принятия — отвержения.

Родительский контроль связан со степенью выраженности у родителей тенденции к запретам. Те, у кого она совершенно очевидна, ограничивают право ребенка следовать его собственным побуждениям, активно добиваются от детей подчинения правилам и следят, чтобы они полностью выполняли свои обязанности. Напротив, родители, для которых запретительные тенденции нехарактерны, не так строго контролируют детей, предъявляют к ним меньше требований и налагают меньше ограничений на их поведение и выражение ими эмоций.

Родительская теплота указывает, в какой степени родители проявляют любовь и одобрение. Она выражается в том, что они часто улыбаются своим детям, хвалят и поддерживают их, стараются как можно меньше критиковать их неудачные действия и наказывать за проступки. Жестокие родители, напротив, критикуют, наказывают, часто отклоняют жалобы и просьбы детей, редко выражают свою любовь или одобрение.

Пересечение этих двух измерений создает четыре типа родительского воспитания (к трем, указанным Д. Бомринд, прибавлен еще один — пренебрегающий [индифферентный] стиль) (рис. 17.5).

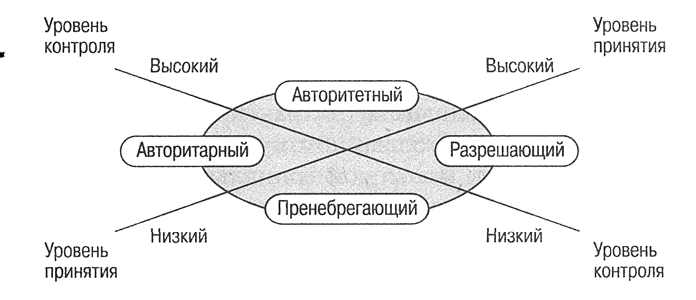


Рис. 17.5

Типология стилей родительского воспитания по Э. Маккоби и Д. Мартину

Авторитетный стиль, характеризующийся, по данным Г. Петти с соавторами (G. Pettit et al., 2000), высоким уровнем контроля и принятия (проявлением родительской теплоты, внимания, использованием убеждения, обучения социальным навыкам, проявлением интереса к общению ребенка со сверстниками), наиболее эффективен для воспитания детей. Родители могут хорошо контролировать своих детей, в случае необходимости заставляют их делать то, что нужно, и ожидают от них разумного и зрелого поведения. Придерживающиеся этого стиля взрослые хотя и налагают определенные ограничения на поведение детей, объясняют им смысл таковых и причины. Соответственно и решения не кажутся несправедливыми, потому дети легко соглашаются с ними.

Авторитетные родители выслушивают возражения своих детей и готовы уступить, когда это целесообразно. Дети, воспитывающиеся в подобных семьях, имеют более положительный Я-образ, увереннее в себе, социально компетентнее, полностью себя контролируют, лучше учатся в школе, более любознательные, дружелюбные, успешно общаются со сверстниками (Д. Бари и др. [J. Buri et al.], 1988; С. Дорнбуш и др. [S. Dornbush et al., 1987]).

Родители **авторитарные** жестко контролируют поведение своих детей и заставляют их придерживаться установленных правил. Они отдают команды и ожидают, что те будут выполнены без всяких споров. Родители с этим стилем требуют от детей самых высоких достижений и хорошей успеваемости (высокие требования зрелости). Они обычно сдержанны в отношениях с детьми (редко проявляют нежность, понимание и сочувствие к детям), свои запреты и требования не объясняют и мнения детей не спрашивают. Если дети не выполняют указаний — их наказывают. Ребенок, выросший в семьях с авторитарным стилем воспитания, имеет более низкую самооценку, испытывает трудности в общении со сверстниками и хуже успевает в школе.

В авторитарных семьях чаще всего встречаются дети, «не поддающиеся контролю» (Л. Штейнберг и др. [L. Steinberg et al.], 1995). Дети, воспитывающиеся в большой строгости, сильнее скованы в движениях по сравнению с ровесниками, имеющими большую свободу самовыражения. Как отмечают Д. Уайт и А. Уолетт (D. White, A. Woolett, 1992), эти особенности сохраняются вплоть до подросткового возраста. В подростковом возрасте эти дети, особенно мальчики, часто бурно реагируют на запрещающие и карающие воздействия, становятся агрессивнымии и непослушными. Девочки же остаются пассивными и зависимыми (Д. Каган и Г. Мосс [J. Kagan, H. Moss], 1962).

При **либеральном (снисходительном) стиле воспитания** родители воспринимают ребенка таким, каков он есть, и никак не ограничивают его поведение. Даже

если поступки ребенка их сердят, они стараются подавить свои эмоции. Их не сильно заботят хорошие манеры ребенка или его успехи в учебе. Степень эмоциональной близости может разниться – родители могут быть как любящими и нежными, так и холодными и отстраненными. Разные аспекты жизни если и обсуждаются с детьми, то только потому, что считется: это нормальный тип поведения. Это приводит к некоторой социальной незрелости детей, а также к высокому уровню их агрессивности. Они склонны потакать своим слабостям и часто не умеют вести себя на людях (Д. Бомринд [D. Baumrind, 1975]).

Таблица 17.3

Стили родительского поведения (по Г. Крайг, 2000, с. 439)

Авторитетный	Высокий уровень контроля; теплые отношения	Признают и поощряют растущую автономию своих детей; открыты для общения и обсуждения с детьми установленных правил поведения; допускают изменения своих требований в разумных пределах; дети превосходно адаптированы; уверены в себе, у них развит самоконтроль и социальные навыки, они хорошо учатся в школе и обладают высокой самооценкой
Авторитарный	Высокий уровень контроля; холодные отношения	Отдают приказания и ждут, что они будут в точности выполнены; закрыты для постоянного общения с детьми; устанавливают жесткие требования и правила, не допускают их обсуждения; позволяют детям лишь в незначительной степени быть независимыми от них; их дети, как правило, замкнуты, боязливы и угрюмы, непритязательны и раздражительны; девочки обычно остаются пассивными и зависимыми на протяжении подросткового и юношескогто возраста; мальчики могут стать неуправляемыми и агрессивными
Либеральный	Низкий уровень контроля; теплые отношения	Слабо или совсем не регламентируют поведение ребенка; безусловная родительская любовь; открыты для общения с детьми, однако доминирующее направление коммуникации — от ребенка к родителям; детям предоставлен избыток свободы при незначительном руководстве родителей; взрослые не устанавливают каких-либо ограничений; дети склонны к непослушанию и агрессивности, на людях ведут себя неадекватно и импульсивно, нетребовательны к себе; в некоторых случаях становятся активными, решительными и творческими
Индифферентный	Низкий уровень контроля; холодные отношения	Не устанавливают для детей никаких ограничений; безразличны к своим детям; закрыты для общения; из-за обремененности собственными проблемами не остается сил на воспитание ребенка; если безразличие родителей сочетается с враждебностью (как у отвергающих родителей), ребенка ничто не удерживает от того, чтобы дать волю своим самым разрушительным импульсам и проявить склонность к делинквентному поведению

Наиболее деструктивное влияние на поведение ребенка оказывает **пренебрегающий (индифферентный) стиль**, когда родители настолько озабочены собой

и своими проблемами, что их дети чувствуют себя брошенными, поскольку родители не удовлетворяют их потребности и интересы. Это ощущение может оставаться у них на всю жизнь. Подростки в таких семьях становятся более импульсивными и антисоциальными, менее ориентированы на достижения, плохо учатся в школе (А. Бандура и Р. Уолтерс [A. Bandura, R. Walters, 1959]).

Д. Бомрид отмечает, что при авторитарном и либеральном стилях воспитания результат один и тот же — ребенок менее компетентен в социальном и когнитивном плане, так как и в том и в другом случае родители стремятся оградить ребенка от сложностей жизни. Только достигается этот негативный результат разными путями: авторитарные родители строго регламентируют поведение ребенка, из-за чего у того появляется мало шансов столкнуться с жизненными трудностями, и он не учится их преодолевать. Либеральные родители, наоборот, поощряют детей к новой деятельности, но не реагируют негативно на их отклоняющееся поведение и, следовательно, тоже не учат их иметь дело с негативными ситуациями.

Авторитетное воспитание ведет к тому, что дети перенимают ценности своих родителей, в то время как при авторитарном и снисходительном стилях воспитания формируются ценности, отличные от родительских (Кларк с соавторами [Clark et al., 1988]).

17.9. Стили привязанности детей к матери

Стиль привязанности ребенка зависит от отношения к нему со стороны матери (Ainsworth et. al., 1978).

1. **Надежная (безопасная) привязанность.** Если мать воспринимает потребности ребенка в контакте и реагирует на них, тот начинает чувствовать себя в безопасности. Соответственно он исследует окружающий мир, периодически возвращаясь к матери для установления контакта. Таким детям свойственны уверенность в себе и независимость. При отсутствии матери ребенок страдает, но быстро успокаивается при ее возвращении и сразу тянется к ней. У таких детей наблюдается отчетливое различие в реакциях на мать и на незнакомого человека.
2. **Тревожная/амбивалентная (сопротивляющаяся) привязанность.** Если мать не всегда реагирует на нужду ребенка в контакте, игнорирует своего ребенка, а временами бывает навязчивой, тот становится тревожным и боязливым. Ведет себя в присутствии матери неспокойно. Когда мать уходит, ребенок сильно переживает, но при возвращении матери сопротивляется контакту с ней. Так же тревожно относится к незнакомцу. Его больше волнует привязанность, чем окружающий мир. Такие дети обычно застенчивы, зависимы, не уверены в себе.
3. **Избегающая привязанность.** Если мать избегает контакта с ребенком и отвергает эту его потребность, дитя также игнорирует и избегает свою мать. Он не стремится к контакту с ней, не расстраивается, когда она уходит. Так же равнодушно он реагирует и на незнакомца. Хотя у таких детей вполне нормальное поведение, оно обусловлено не столько желанием исследовать окружающий мир, сколько избежать контакта с матерью.

Айнсворт выдвинула гипотезу о стиле заботы, согласно которой чувствительность матери оказывает большое влияние на формирование типа привязанности ребенка. Дети с безопасной привязанностью в большинстве случаев имели матерей, которые чутко реагировали на их потребности и обладали способностью к эмоциональной экспрессии. Матери «сопротивляющихся» детей были заинтересованными, но часто неверно понимали поведение своих чад. Кроме того, им было свойственно непостоянство в обращении с ребенком, вследствие чего ребенок не мог с уверенностью рассчитывать на эмоциональную поддержку матери. Наконец, матери «избегающих» детей либо не проявляли к ним интереса, либо проявляли чрезмерное внимание даже тогда, когда ребенок этого не хотел.

Однако эта гипотеза Айнсворт подверглась критике в связи с тем, что она не учитывала роль самого ребенка в формировании привязанности. Другая гипотеза (темпераментная) как раз делала акцент на роли ребенка (Kagan, 1984): на тип привязанности влияет темперамент ребенка. Но и эта гипотеза не получила достаточного подтверждения. В частности, согласно ей, ребенок должен показывать одинаковую привязанность к отцу и матери, чего часто не наблюдается (Durkin, 1995).

Некоторые ученые склонны считать, что на тип привязанности влияет и стиль заботы матери, и темперамент ребенка (Belsky, Rovine, 1987; Spangler, 1990).

РАЗДЕЛ ТРЕТИЙ

Успешность профессиональной деятельности и свойства нервной системы и темперамента

Известны многочисленные факты, пишет К М Гуревич (1970), когда человек, искренно желающий трудиться в определенной области и получивший нужную подготовку, тем не менее терпит провал Такие случаи особенно часты в сфере искусства и спорта – очевидно, вследствие чрезвычайно высоких требований, которые предъявляют эти виды деятельности к человеку и уровню его достижений Однако провалы встречаются и у выбравших другие профессии, особенно относящиеся к типу «человек – человек» (например, у педагогов), или у людей, решивших заняться творчеством (ученых, художников и т д) Нередко дело не столько в профессиональной предназначенности человека (хотя склонность к определенному роду занятий вряд ли стоит игнорировать), сколько в пренебрежении его индивидуальных и типологических особенностей, что мешает полному раскрытию возможностей субъекта, с одной стороны, и приспособлению к нему деятельности (где это допустимо) – с другой

В этом разделе приводятся данные, которые показывают справедливость слов К М Гуревича

ГЛАВА 18

Эффективность выполнения различных видов деятельности и типологические особенности

Подсчитано, что в мире существует более 3000 профессий. Естественно, что изучить их все нереально. Поэтому в психологии труда создаются различные классификации профессий по каким-то объединяющим их признакам. Наиболее известными являются подходы К. М. Гуревича, Е. А. Климова, К. К. Платонова.

В них отражается не только и не столько содержательно-операциональная специфика той или иной профессии, сколько психологические особенности осуществляемой в ней деятельности. Отсюда более экономным в изучении профессий оказывается подход, в котором раскрывается специфика видов деятельностей, объединяющая многие профессии. Например, фактор монотонности труда встречается, как показано Н. П. Фетискиным, не только в работе на конвейерах, но и на прессовом производстве, у штамповщиков и токарей, тростильщиц, прядильщиц, заточниц, намотчиц катушек, сборщиков часов. Также и экстремальность ситуаций отмечается не в одной, а во многих профессиях.

Соответственно методологически при написании данной главы я придерживался того, чтобы показать влияние типологических особенностей человека на эффективность деятельности, обладающей той или иной спецификой (монотонной деятельности, деятельности в экстремальных условиях и т. д.).

18.1. Эффективность монотонной деятельности в связи с типологическими особенностями

Так уж исторически сложилось, что монотонность труда привлекла наибольшее внимание психологов. Этому способствовало распространение конвейерной работы, предполагающей однообразие выполняемых операций, бедность впечатлений, когда в сознании работников образовывался «психологический вакуум». Причем с годами проблема монотонности труда не только не исчезла, но приобрела еще большее значение после того, как стала реальностью монотонная сенсорно-интеллектуальная деятельность. В связи с этим число рабочих профессий, отличающихся монотонным характером труда, продолжает возрастать.

Острота этой проблемы состоит не только в снижении производительности и увеличении травматизма, но и в том, что в результате изменяется личность, нарушается ее контактирование с окружающими, а это приводит к конфликтам на работе и дома (Н. П. Фетискин, 1993).

Состояние монотонии выражается в психической заторможенности, в исчезновении желания продолжать работу, потому что она становится скучной, неинтересной. Предпосылкой его служит простая однообразная деятельность с малым физическим и психическим напряжением. Чем реже и однотипнее воздействуют на человека стимулы, тем быстрее развивается у него состояние монотонии.

Роль типологических особенностей человека в его устойчивости к развитию такого состояния была показана уже в первых работах, проведенных, правда, в лабораторных условиях (В. И. Рождественская с соавторами, 1967; В. И. Рождественская и И. А. Левочкина, 1972; Н. П. Фетискин, 1972). В дальнейшем изучение монотонии проводилось на производстве (Н. П. Фетискин, 1974; Н. Е. Высотская с соавторами, 1974, и др.).

Выявлено, что она быстрее развивается и сильнее выражена у людей с сильной нервной системой, нежели со слабой (В. И. Рождественская с соавторами, 1967; Н. П. Фетискин, 1972; Н. А. Аминов, 1975, и др.). Н. П. Фетискин выявил также, что более устойчивы к монотонии лица с инертностью нервных процессов, преобладанием торможения по «внешнему» балансу и возбуждения по «внутреннему» балансу. Эти особенности образуют, следовательно, типологический комплекс монотоноустойчивости.

Противоположные типологические особенности (сильная нервная система, подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения по «внешнему» балансу и торможения по «внутреннему» балансу) не способствуют устойчивости к монотонии и образуют монотонофобный типологический комплекс.

Соответствующие различия между людьми представлены на рис. 18.1.

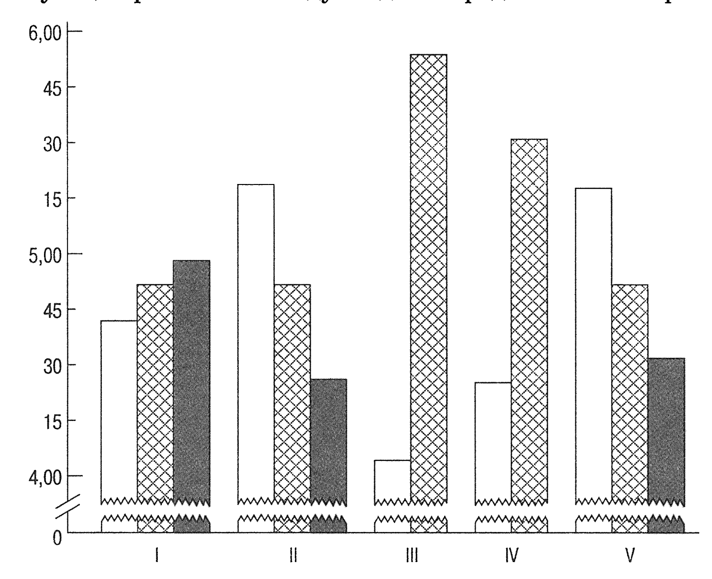


Рис. 18.1. Зависимость времени появления состояния монотонии от типологических особенностей проявления свойств нервной системы (по данным Н. П. Фетискина). **По вертикали** – время, часы, мин; **по горизонтали:** I – «внешний» баланс (первый столбик – преобладание возбуждения, второй – уравновешенность, третий – преобладание торможения); II – «внутренний» баланс (обозначения столбиков те же); III – первый столбик – подвижность, второй – инертность, третий – возбуждение; IV – подвижность – инертность торможения (обозначения те же); V – сила нервной системы (первый столбик – слабая, второй – средняя, третий – большая)

В последнее время была подтверждена зависимость устойчивости человека к фактору монотонности от слабости нервной системы (высокой активации коры головного мозга) и инертности нервных процессов, определявшихся по ЭЭГ-показателям (Е. В. Асланян, В. Н. Кирой, 2003). Неблагоприятной типологической особенностью для такой устойчивости является высокая лабильность.

Выделение из всей выборки лиц с монотонофильным и монотонофобным типологическими комплексами показало, что у первых состояние монотонии появляется на полтора часа позже, чем у вторых, причем у монотонофильных до обеденного перерыва оно вообще не возникало, в то время как среди монотонофобных наблюдалось почти у половины рабочих. Различны у тех и других и производственные показатели. У монотонофильных рабочая норма выполнялась на 33% быстрее, а брак отсутствовал в 31% случаев, а вот среди монотонофобных не было ни одного человека, который бы работал без брака. Важно также, что среди монотонофильных положительное отношение к труду встречалось чаще. Это, в свою очередь, влияет на текучесть кадров. Поэтому не случайно на другом предприятии среди работниц конвейера, которые имели стаж свыше 10 лет, были только лица с инертностью нервных процессов.

Изучение типологических особенностей свойств нервной системы у рабочих, увольняющихся с мотивом «не нравится работа», показало: чем разительнее отличались их типологические особенности от тех, которые способствуют устойчивости к возникновению монотонии, тем быстрее после поступления на работу увольнялись эти люди. Н. П. Фетискин выделил 7 этапов (каждый равен 1 году работы на предприятии). Оказалось, что лица с сильной нервной системой и преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу начали отсеиваться уже на 2-м этапе, а со средней силой нервной системы и с уравновешенностью нервных процессов — на этапе 2–4. К 4-му этапу лиц с монотонофобным типологическим комплексом осталось единицы, а на 6-м их вообще уже не было.

Сходные данные получены и другими исследователями (А. К. Карповой, 1974; А. И. Самойловой, 1974, и др.). В частности, выявлено, что у работниц, которые 3 года занимались обработкой алмазов (труд монотонный, но требующий одновременно точности и аккуратности), сила нервной системы меньше, чем у обучающихся данной профессии (К. Э. Павлович, 1982). Автор предполагает, что такое различие вызвано естественным отбором: остаются в основном лица со слабой нервной системой. Этот вывод подтверждается данными Н. П. Фетискина, а также А. И. Самойловой, показавшей: среди работниц, занимающихся однообразным трудом, преобладают лица со слабой нервной системой, а текучесть кадров в подобных сферах происходит главным образом за счет тех, у кого сильная нервная система.

Изучая эффективность деятельности операторов-аудиторов в условиях сенсорной монотонии и шума, М. Н. Ильина (1981) выявила, что чем меньше сила нервной системы, тем выше эффективность деятельности людей.

Е. Ю. Компан (1983) исследовал вероятность появления ошибки в операторской деятельности у монотонофилов и монотонофобов, выделенных по силе, подвижности и уравновешенности нервных процессов, на основе данных, полученных ранее Н. П. Фетискиным. Оказалось, что чем больше времени отводилось оператору на осуществление перцептивных актов, принятие решения и моторное действие, тем более безошибочно работали монотонофилы по сравнению с монотонофобами. Увеличение напряженности работы (уменьшение времени, отводимого

на выполнение операции) меняло такие группы лиц местами: более эффективно теперь работали вторые. Первые, таким образом, превратились в экстремофобов, а вторые — в экстремофилов.

Успешность деятельности сварщиц микросхем (особо точное производство) в связи со свойством лабильности нервной системы изучали М. Д. Дворяшина и Н. С. Копеина (1975). Было показано, что высокая лабильность способствует успешности выполнения этой работы.

И. Д. Карцев (1977) с соавторами рассматривал проявление свойств нервной системы у ряда работниц камвольного комбината: гребнечесальщиц, ленточниц, ровничниц, мотальщиц, прядильщиц, ткачих. Все работницы этих профессий были разделены на группы профессионально пригодных и профессионально непригодных. Первые отличались слабостью нервной системы, вторые — ее силой, что авторы связывают с монотонным характером труда. Исключение составили ткачихи, успешность работы которых зависела от сильной нервной системы (при наличии инертности нервных процессов).

В целом полученные при изучении деятельности людей на монотонных производствах данные подтверждают результаты многочисленных лабораторных экспериментов о большей устойчивости к действию однообразного фактора лиц со слабой нервной системой.

Аналогичные результаты получены и при обращении к другим видам деятельности, например спортивной, где фактор монотонности отмечается в тренировочных занятиях, и учебной, что показано Н. П. Фетискиным при исследовании учебного процесса в школе, ПТУ и институте.

Связь монотоноустойчивости со слабой нервной системой В. И. Рождественская объясняет тем, что такие люди обладают более высокой чувствительностью, чем располагающие сильной нервной системой. В процессе действия монотонного фактора в центральной нервной системе развивается угасательное торможение, которое делает поступающие сигналы физиологически более слабыми. В силу высокой чувствительности слабой нервной системы одинаковые по интенсивности сигналы оказываются для нее физиологически более сильными, вследствие чего угасательное торможение у обладающих ею людей развивается медленнее, чем у лиц с сильной нервной системой.

Однако это объяснение, в принципе не вызывающее возражений, неприложимо к влиянию на монотоноустойчивость других типологических особенностей, которые не изучались В. И. Рождественской. Кроме того, развитие угасательного торможения данный автор увязывает с центрами, управляющими действиями человека, хотя очевидно, что главный фактор развития состояния монотонии — это угасание мотивации. Соответственно можно объяснить и связь монотоноустойчивости с инертностью нервных процессов (через ригидность мотивационных установок) и с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу (что означает большую потребность в активности и, следовательно, более длительное удовлетворение такой потребности). Не случайно у лиц с типологическим комплексом монотоноустойчивости мотивация к работе, по данным Н. П. Фетискина, была более выраженной.

В исследованиях Н. П. Фетискина была установлена связь устойчивости к монотонии со свойствами темперамента: более стойкими оказались лица с высокой ригидностью (что можно объяснить сильно выраженной у них инертностью нервных процессов), интроверсией и низким нейротизмом. Кроме того, устойчивость

к монотонии выше у лиц с низкой и средней самооценкой, с интрапунитивной направленностью фрустрации и средним уровнем притязаний. Влиял также пол работающих: у женщин устойчивость выше, чем у мужчин.

Р. Купер и Р. Пейн (R. Cooper, R. Payne, 1967) провели исследование в упаковочном цехе табачной фабрики, где работа было несложной и однообразной. Было выявлено, что у рабочих, уволившихся в течение 12 месяцев после проведения тестирования, уровень экстраверсии и нейротизма был существенно выше, чем у тех, кто остался. Рабочие с высокими показателями экстраверсии и нейротизма чаще прогуливали (т. е. несанкционированно отсутствовали на работе). Отрицательную связь экстраверсии с эффективностью деятельности при монотонной работе выявили также Р. Сэвидж и Р. Стюарт (R. Savage, R. Stewart, 1972).

В западной психологии изучается такое психическое явление, как *вигильность*, т. е. способность в течение длительного времени сосредотачивать внимание на однообразных сенсорных стимулах и отслеживать их изменение. По существу, речь идет об устойчивости субъектов к сенсорной монотонности, что подтверждается снижением в процессе работы частоты сердечных сокращений и уменьшением выраженности КГР. Было выявлено, что экстраверты хуже справляются с этим заданием, чем интроверты (Н. Аладьялова и О. Арнолд, 1991; H. Eysenk, M. Eysenk, 1985; Г. Коулига [H. Koeliga, 1992]. Объяснения этим различиям даются разные, но ни одно из них нельзя считать достаточно обоснованным.

Таким образом, совершенно очевидно, что лучше выполняют монотонную работу и лучше к ней адаптируются лица с интроверсией и низким нейротизмом. Однако парадоксальность этого факта состоит в том, что и тем и другим в большей мере присуща сильная (низкоактивированная) нервная система, не способствующая устойчивости к монотонности работы.

Таким образом, можно говорить о наличии двух типов людей: **монотонофильных** (которые хорошо переносят однообразную работу, а некоторым она даже нравится) и **монотонофобных**, плохо переносящих такую работу и отрицательно к ней относящихся.

И те и другие близки, если не идентичны, к типам людей, выделенных Цукерманом (M. Zuckerman, 1979), а именно избегающих ощущений и искателями ощущений. С точки зрения Цукермана, поиск ощущений – это черта, определяемая потребностью в разнообразных, новых и сложных ощущениях и переживаниях, а также готовность пойти ради подобных переживаний на физический и социальный риск. Склонность же к риску, как следует из ряда исследований, связана с низкой тревожностью и сильной нервной системой, что соответствует характеристике монотонофобных. Сходство искателей ощущений и монотонофобных обнаруживается и в том, что и для тех и для других характерен высокий уровень норадреналина. Ф. Фарли (F. Farley, 1986) полагает, что склонность к поиску ощущений связана и с высоким уровнем тестостерона.

Цукерман считает, что тип людей, склонных к поиску ощущений, на 60% обусловлен генетически. И к такому утверждению, как видно из изложенного выше, есть основания.

Реже при монотонной деятельности развивается состояние *психического пресыщения* (почему-то называемого во многих работах психическим насыщением; однако, скажем, между насыщением пищей и пресыщением ею имеется существенная разница: в первом случае человек испытывает удовлетворение, а во втором — отвращение).

По своим характеристикам оно во многом противоположно монотонии (особенно по нейродинамике). Если для второго состояния характерно развитие торможения в эмоционально-мотивационной сфере личности, то при психическом пресыщении, наоборот, нарастает процесс возбуждения. Поэтому вместо апатии, скуки у рабочих появляется раздражение, отвращение к труду, даже агрессивность.

Такое состояние может прийти на смену состояния монотонии, если работа не прекращается, а может появиться и сразу после периода устойчивой работоспособности. Анализ последних случаев показал, что они чаще встречаются у лиц со слабой нервной системой и преобладанием торможения по «внешнему» балансу, т. е. с типологическими особенностями монотоноустойчивости (Н. П. Фетискин).

18.2. Эффективность деятельности в экстремальных ситуациях и типологические особенности

Существует множество профессий, где деятельность имеет экстремальный характер, когда присутствуют, по выражению К. М. Гуревича, «катастрофогенные» ситуации. К числу тех, кто занят в подобных сферах, относятся оперативные дежурные энергосистем, водители авто-, авиа- и морского транспорта, космонавты, военные и т. д. Главный фактор здесь — переживание опасности в связи с возможными авариями и большой личной ответственностью за их ликвидацию. Экстремальная ситуация приводит к нарушению сенсорной и мыслительной деятельности. Человек неадекватно воспринимает показатели приборов (зацикливается на одном-двух из них, игнорируя другие), соответственно принимая и неправильные решения, а порой вообще забывая, что же надо делать. Одновременно многие авторы отмечают, что подверженность стрессу у людей неодинакова.

Так, в работе К. М. Гуревича и В. Ф. Матвеева (1966), применительно к деятельности операторов-руководителей энергосистем было показано: «оперативные качества», позволяющие успешно справляться с работой в аварийной ситуации, более выражены у лиц с сильной нервной системой. Ненадежными оказались те, кто имел слабую нервную систему и преобладание торможения. У них часто наблюдалась растерянность, доходящая до шока.

Л. А. Копытова (1964) обнаружила, что наладчики, обладающие слабой нервной системой, покрываются по́том при простое станков, их нервирует крик мастера. То же выявил Е. А. Климов(1969) у ткачих, отличавшихся инертностью нервных процессов: для них всякая неожиданно возникающая ситуация оказывается стрессогенной из-за их плохой переключаемости.

В деятельности водителей городского транспорта экстремальность ситуаций — фактор постоянный. Исследования В. А. Трошихина, С. И. Молдавской и И. В. Кольченко (1978) показали, что при стаже более 5 лет высокую надежность показывают водители, у которых отмечаются подвижность нервных процессов и сильная нервная система. Водители с инертностью нервных процессов осторожны при управлении транспортными средствами, сравнительно редко нарушают правила движения, но, несмотря на это, попадают в аварии чаще. Самая высокая надежность у водителей, имеющих наряду с сильной нервной системой *среднюю степень подвижности* нервных процессов (рис. 18.2).

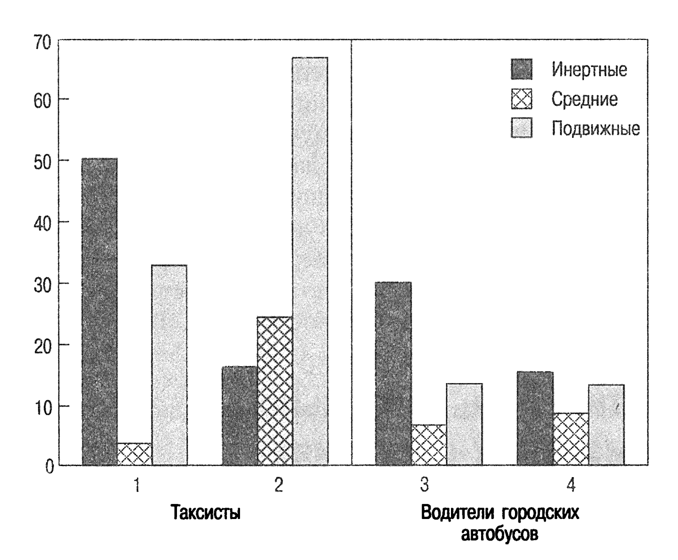


Рис. 18.2

Частота аварий и нарушений правил дорожного движения у лиц с разным уровнем подвижности нервных процессов (по В. А. Трошихину с соавторами, 1978). **По горизонтали**: 1, 3 – аварии; 2, 4 – нарушение правил 4 и более раз. **По вертикали**: количество случаев в процентах

Положительная роль высокой подвижности нервных процессов для операторов химической промышленности была выявлена в исследовании З. Г. Туровской с соавторами (1972).

Однако имеются данные, которые противоречат сказанному выше. Так, В. С. Клягин (1973) установил, что у водителей со слабой нервной системой аварий не бывает (рис. 18.3).

Такое безоговорочное утверждение, когда не указывается, о водителях какого транспорта идет речь и в каких условиях работающих, выглядит неубедительно. Тем более что другими авторами (К. М. Гуревич, В. С. Клягин, М. И. Серков, 1974) отмечается, что в ситуации выбора у лиц со слабой нервной системой наблюдались нерешительность и большое количество неадекватных действий. Если же В. С. Клягиным были обследованы водители грузовых машин, выполняющие загородные рейсы, сделанный им вывод можно объяснить монотонностью труда таких работников, к которому лучше приспособлены лица со слабой нервной системой. К тому же вождение автомобиля за городом требует внимательности на четверть меньше, чем в городе (Э. Бена и др., 1965).

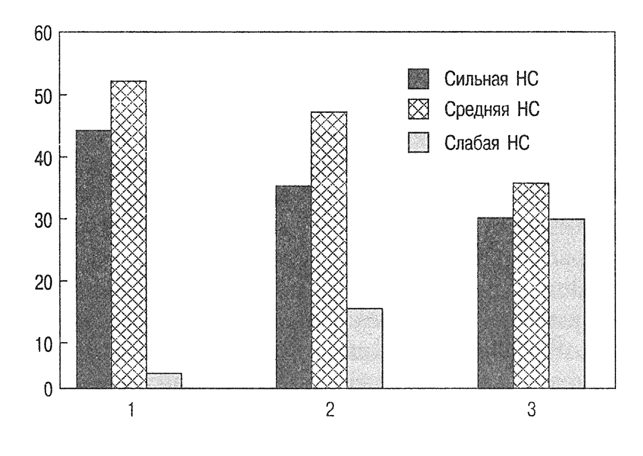


Рис. 18.3

Соотношение лиц с сильной, средней и слабой нервными системами среди водителей, сгруппированных по показателям аварийности (по А. К. Гордеевой, В. С. Клягину, 1977). **По вертикали** – число водителей, %; **по горизонтали**: 1 – ДТП = или > 2; 2 – ДТП = 1; 3 – ДТП = 0

Правда, полученные В. С. Клягиным данные можно объяснить и с других позиций. Слабость нервной системы в значительной мере связана с высокой тревожностью и боязливостью людей. Отсюда у таких лиц может проявляться и положительное качество: большая осторожность при вождении машины. Для лиц с сильной нервной системой более комфортной оказывается экстремальность ситуаций, отсюда — лихачество и большее число аварий.

Как бы то ни было, данный пример показывает: прямое отнесение многих профессий к определенному типу деятельности (монотонной, экстремальной и т. д.) неправомерно; весьма нередко такие типы могут сочетаться, предъявляя к человеку противоположные требования. В связи с этим в более выгодном положении оказываются лица не с крайними проявлениями свойств нервной системы и темперамента, а со средней их выраженностью.

С. А. Гапонова (1983), изучая частоту дорожно-транспортных происшествий у водителей различного транспорта, установила: количество людей, имеющих сильную и слабую нервную системы, было одинаковым как в группе безаварийно работающих водителей, так и в группе «аварийщиков». Автор объясняет это тем, что у первых выражены такие качества, как эмоциональная устойчивость, устойчивость к помехам, концентрация и переключение внимания, а у вторых — высокая способность к прогнозированию, подвижность нервных процессов, большая пропускная способность зрительного анализатора, долговременная память. Кроме того, имеет значение и большая монотоноустойчивость лиц со слабой нервной системой, что важно в перевозках на дальние расстояния.

Л. Шоу и Г. Сайкел (L. Shaw, H. Sichel, 1970) сравнили нейротизм и экстраверсию у водителей автобусов, часто попадавших в аварии, и водителей, которые в авариях не оказывались (см. рис. 18.4). Большинство из числа первых лиц имели высокие показатели нейротизма и экстраверсии, а среди вторых были в основном эмоционально стабильные интроверты. Применительно к водителям-экстравертам это подтвердилось и в исследовании Б. Файна (B. Fine, 1963), а в отношении водителей с высоким нейротизмом — в работе К. Хансена (C. Hansen, 1989).

Очевидно, существует категория людей, которую можно отнести к «аварийщикам». Это подтверждается еще одним исследованием (С. Краск [S. Craske, 1968]), в котором выявлено, что лица, ставшие жертвами несчастных случаев, то-

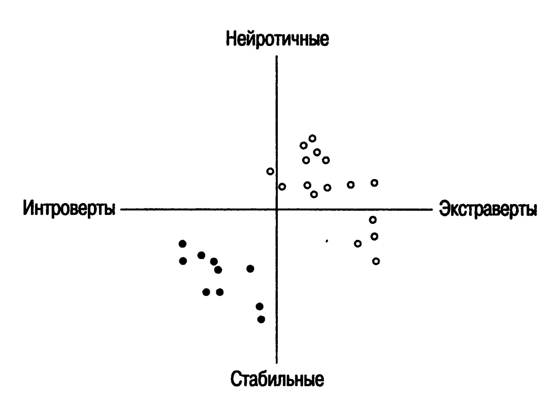


Рис. 18.4

Личностные различия между водителями с высокими и низкими показателями аварийности

же имели высокий уровень экстраверсии. Вероятно, экстраверты менее склонны придавать значение выполнению предписанным обществом правил, касающихся управления транспортными средствами, поведения на дорогах и т. п. Действительно, лицам, пренебрегающим правилами, свойственны такие черты личности, как экстраверсия, доминантность, агрессивность, стремление к острым ощущениям и тревожность — депрессия (Буйсен и Эрасмус [A. Booysen, J. Erasmus, 1989]).

И. П. Бондарев с соавторами (1983) пришли к выводу, что в профессиях, где деятельность связана с неожиданно возникающими проблемными ситуациями (например, у диспетчеров энергосистем), профессиональная пригодность обусловлена сильной нервной системой и преобладанием возбуждения над торможением.

Как показали В. К. Сафонов и Г. Б. Суворов (1982), количество «аварий» в деятельности авиадиспетчера и допускаемых ими предаварийных ошибок зависит от силы нервной системы: у тех, у кого она сильная, их меньше. Такая же зависимость установлена и для людей, отличающихся инертностью торможения.

Успешность деятельности пожарников в экстремальных ситуациях зависит от склонности к риску, которая, по сведениям А. П. Самсонова (1983), сильнее выражена у тех из них, кто имеет сильную нервную систему и низкую степень тревожности. Роль последней в операторской деятельности показана В. К. Мартенсом и др. (1983).

Приведенных примеров достаточно для утверждения, что с экстренными ситуациями, возникающими в процессе профессиональной деятельности, успешнее справляются лица, обладающие сильной нервной системой и подвижностью нервных процессов. Чем напряженнее деятельность и выше ответственность, весомее цена ошибки, тем в большей мере ухудшается эффективность деятельности людей со слабой нервной системой. Люди же с сильной нервной системой, наоборот, в этой ситуации мобилизируются и улучшают эффективность своей деятельности. Не случайно В. Д. Небылицын (1969) ввел понятие «оперативной надежности человека», основанной на типологических особенностях свойств нервной системы и включающей в себя выносливость к экстренному напряжению и перенапряжению, устойчивость к помехам.

Конечно, это не значит, что люди с сильной нервной системой выдержат любую напряженную ситуацию. Приведенные примеры свидетельствуют только о том, что у них выше шансы справиться с большим психическим напряжением, нежели у людей со слабой нервной системой. Вместе с тем следует подчеркнуть, что обычная ситуация мало способствует мобилизации людей, имеющих сильную нервную систему. Они выкладываются в основном в экстремальных обстоятельствах. Соответственно и мотивация их деятельности со стороны (педагогом, тренером, мастером на производстве) должна быть более сильной, чем лиц со слабой нервной системой. Последних нельзя стимулирвоать чрезмерно активно, брать с них обязательства о непременном достижении высокого результата; перед ними нужно ставить цели не предельные, а оптимальные. Не случайно ведь субъекты со слабой нервной системой предпочитают быть ведомыми, а не лидерами. Избегание всяческих стрессов — это основа их комфортного существования.

Устойчивость человека к стрессу зависит от свойств и темперамента и личности.

Д. Бродбент (1958) пришел к выводу, что интраверты при выполнении заданий, моделирующих операторскую деятельность, работают лучше, чем экстравер-

ты. Собрано также много фактов о меньшей надежности лиц с высокой степенью тревожности. По этому поводу Г. С. Никифоров (1977) заключает:

Лицам с высокими показателями тревожности присущ повышенный самоконтроль, к которому они обращаются в процессе приема и переработки информации с целью компенсации собственной неуверенности в правильности принимаемых решений. В связи с этим можно предположить, что как операторы такие люди будут работать в тех системах, где имеется достаточная временная избыточность, т. е., иначе говоря, там, где нет скоротечности управляемых процессов и соответственно есть возможность для осуществления в необходимой мере самоконтроля совершаемых действий и правильности принимаемых решений (с. 81).

18.3. Операциональная напряженность и типологические особенности

Ряд профессий связан с высоким темпом выполнения рабочих операций, отчего у работающих возникает операциональная напряженность. В частности, такой труд выполняют радиотелеграфисты и телефонистки. Нормативы радиста 1-го класса предусматривают прием и передачу не менее 18 групп в минуту, причем каждая группа состоит из пяти знаков (букв или цифр), а каждый знак в среднем — из 3–3,5 сигнала (точек и тире). Таким образом, за одну минуту телеграфист 1-го класса должен совершить не менее 270 действий. Телефонистка междугородных линий обеспечивает связь одновременно на 10 каналах. Сигналами для нее являются загорающиеся на коммутаторе с постоянно меняющейся частотой лампочки, переговоры с абонентами и телефонистками на линии. Такая работа требует большого внимания, быстрой реакции и хорошей переключаемости.

Изучение типологических особенностей людей, занятых в этих профессиональных сферах, проведенное В. А. Трошихиным и его соавторами, показало, что наиболее успешно овладевали данными профессиями лица с высокой подвижностью нервных процессов и сильной нервной системой. Лица же с инертностью нервных процессов и слабой нервной системой, по мнению авторов, к данным профессиям непригодны.

Эти результаты получили подтверждение в работе В. Г. Зархина (1976), хотя в своих выводах автор более осторожен. Он отмечает, что скорость передачи сообщений радиотелеграфистами зависит, при прочих равных условиях, от степени лабильности нервной системы. Инертность в известной степени служит препятствием для овладения скоростным навыком радиопередачи. В этом случае специфической трудностью становится необходимость совершать быстрые повторяющиеся движения рукой. Высоколабильные радиотелеграфисты, работающие с высокой скоростью, допускают в процессе радиопередачи и меньшее количество ошибок.

Н. А. Бесстрашная (1982) изучала роль типологических особенностей в успешности овладения профессией машинистки. Данная деятельность требует владения сложнокоординированным скоростным двигательным навыком, а также предполагает выносливость, поскольку длительное время оказывается необходимым поддерживать высокий темп печатания текста и быстрое переключение внимания с одного предмета на другой. Как установлено автором, у лиц, успешно осваивавших эту профессию, была высокая подвижность нервных процессов и высокая работоспособность по «Теппинг-тесту».

Связь быстроты профессионального обучения школьников с подвижностью нервных процессов и лабильностью выявлена также Т. С. Криворучко и Л. В. Бочковой (1982).

Состояние утомления и типологические особенности свойств нервной системы. Принято считать, что сильная нервная система более выносливая, и поэтому у лиц, обладающих ею, утомление наступает позже, чем у людей со слабой (менее выносливой) нервной системой. В действительности же подобное суждение верно только относительно утомления, возникающего при работе *максимальной интенсивности*, когда в нервных центрах быстро развивается запредельное торможение (М. И. Виноградов, 1966; В. В. Розенблат, 1961).

При работе же малой, средней и большой интенсивности ведущими факторами остаются физиологические и биохимические изменения в системах обеспечения мышечной работы; соответственно и связь свойства силы нервной системы с утомлением имеет другой характер. Как показано М. Н. Ильиной (1972), усталость появляется у лиц со слабой нервной системой позже, чем у людей с сильной. Объясняется это тем, что субъекты со слабой нервной системой расходуют энергию более экономно, чем те, у кого она сильная (Р. М. Кадыров, 1987).

Правда, следует учитывать, что причины утомления при разных типах работы могут отличаться. Поэтому большая устойчивость людей со слабой нервной системой к утомлению отмечается, когда речь идет о работе средней и низкой, но не максимальной интенсивности. В последнем случае более устойчивыми должны быть лица с сильной нервной системой, поскольку тогда развитие утомления связано с быстрым возникновением запредельного торможения.

18.4. Эффективность деятельности, требующей концентрации и устойчивости внимания, в связи с типологическими особенностями

Ряд профессий требует концентрированного и устойчивого внимания (так трудятся корректоры в издательствах, наборщики в типографиях, операторы, осуществляющие функцию слежения и т. п.). По моим данным, среди корректоров и наборщиков типографий со стажем свыше 10 лет преобладают лица с сильной нервной системой и инертностью нервных процессов.

И. Д. Карцев и его соавторы (1977) изучали типологические особенности успешных и неуспешных рабочих, осуществляющих сборку изделий из мелких деталей, которая связана с напряжением внимания и зрения. Следовательно, данная работа до известной меры напряженная, особенно потому, что требуется определенная «быстрота» осуществления производимых операций. Вероятно, поэтому в противоположность работникам предыдущих профессий у сборщиков, успешно справлявшихся со своей трудовой деятельностью, в основном отмечались сильная нервная система и подвижность нервных процессов.

Однако исследования, проведенные на производстве, единичны, потому и приходится больше рассматривать результаты, полученные в лабораторных условиях при выполнении корректурного теста.

Как показано Н. А. Карпушко (1976), лица с подвижностью возбуждения просматривают за отведенное время меньшее число знаков и, что важно, — допускают

больше ошибок независимо от сложности заданий, чем лица с инертностью возбуждения. Однако и у инертных резко возрастает число допускаемых ошибок, если в задание вводится дифференцировка (например, не зачеркивать букву С, если перед ней стоит буква Н).

Лица, которые отличаются подвижностью торможения, меньше просматривают знаков и делают меньше количество ошибок, чем субъекты с инертностью торможения. При введении дифференцировки у вторых заметнее замедление просматривания знаков, чем у характеризующихся подвижностью торможения, но и ошибок они допускают меньше.

При простом задании лица со слабой нервной системой допускают больше ошибок, чем обладающие сильной нервной системой, если быстрота выполнения задания одинаковая (у второй группы людей темп несколько выше).

Введение дифференцировки не выявило различий между лицами с сильной и слабой нервными системами ни по точности, ни по быстроте выполнения задания.

Обнаружено также влияние «внешнего» баланса: простое задание хуже всех выполняли лица с преобладанием возбуждения (меньший темп работы и большее количество ошибок) и лучше всех — те, у кого преобладало торможение. При введении дифференцировки наивысший темп работы и наибольшее количество ошибок было допущено лицами, у которых доминировало возбуждение, а наиболее низкий темп и наименьшее число ошибок — у субъектов с преобладанием торможения.

Таким образом, работа, требующая внимания, лучше осуществляется людьми, имеющими сильную нервную систему, инертность возбуждения и преобладание торможения по «внешнему» балансу.

Лучшая концентрация внимания у лиц с сильной нервной системой была выявлена и другими исследователи (Л. Б. Ермолаева-Томина, 1963; Н. С. Уткина, 1964).

Также рядом авторов показано, что экстраверты лучше интровертов удерживают внимание при внешних помехах (см. 7.1).

18.5. Успешность деятельности руководителей и типологические и личностные особенности

Американские психологи выявили, что наиболее эффективные руководители — те, кто демонстрирует высокие показатели артикулированности и активности, ответственности и упорства, независимости и самодостаточности, а также обладает выраженной ориентацией на успех и готовностью принимать решения, устойчив к стрессу и толерантен к неопределенности, характеризуется широтой интересов (V. Bentz, 1990; A. Howard, D. Bray, 1990). Руководителю, принимаемому сотрудниками и в качестве лидера, присущи экстраверсия, эмоциональная стабильность, доброжелательность и добросовестность (R. Hogan et al., 1994). Личностные характеристики имеют более важное значение для успешного руководства, чем когнитивные способности, установки или демографические характеристики (D. Kenny, S. Zaccaro, 1983).

Неуспешные руководители характеризуются прежде всего отрицательными личностными свойствами: высокомерием, мстительностью, несамостоятельностью, стремлением досаждать, неумением держать дистанцию (M. Lombardo et al., 1988).

18.6. Артистическая деятельность и типологические особенности

Существуют лишь единичные работы, в которых артистическая деятельность связывалась с наличием тех или иных типологических особенностей.

Артисты цирка. Цирковое искусство разнообразно по своим жанрам. Специфика каждого из них требует проявления различных способностей, а следовательно, и различных задатков, в качестве которых выступают типологические особенности проявления свойств нервной системы.

В работе Н. Е. Высотской с соавторами (1974) показано, что для акробатов-темповиков, жонглеров и иллюзионистов характерны слабая нервная система, высокая подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения над торможением по «внешнему» балансу. Эта типология полностью соответствует характеру их деятельности, связанному с быстротой движений, которая является у них ведущим качеством. М. К. Акимовой (1974) тоже показано, что подвижность нервных процессов способствует овладению навыками жонглирования.

Для силовых акробатов, гимнастов и джигитов характерны другие типологические особенности: слабая нервная система, инертность возбуждения и уравновешенность нервных процессов по «внешнему» балансу. Инертность возбуждения служит задатком хорошей двигательной памяти (для гимнастов и джигитов), а слабая нервная система — базой для проявления высокой чувствительности (что особенно важно для силовых акробатов, у которых большую роль играет удержание равновесия).

У канатоходцев и эквилибристов обнаружены слабая нервная система, подвижность нервных процессов, уравновешенность по «внешнему» балансу и преобладание торможения по «внутреннему». Последнее обеспечивает устойчивость позы тела, так как пробу Ромберга на статическое равновесие лучше выполняют лица с преобладанием торможения по «внутреннему» балансу, а не с уравновешенностью и — тем более — не с преобладанием возбуждения.

Своеобразна типология у клоунов. Наличие у многих из них большой и средней силы нервной системы, инертности нервных процессов создает основу для высокой работоспособности в течение длительного времени. Очевидно, это связано с тем, что клоунада — единственный жанр циркового искусства, представители которого выступают с короткими сценками в течение всего многочасового представления.

В целом же преобладание у артистов цирка слабой нервной системы оправдано тем, что она способствует проявлению артистизма, а преобладание у них возбуждения или склонности к этому по «внешнему» балансу содействует эмоциональности выступлений.

Артисты балета. Изучение связи свойств нервной системы с выраженностью у учащихся хореографического училища профессионально важных качеств показало, что эмоциональность, артистичность, «танцевальность» наиболее выражены у лиц с подвижностью нервных процессов и с преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу. Координированность движений, вестибулярная устойчивость, прыгучесть в большей мере связаны с инертностью нервных процессов и с преобладанием торможения по «внешнему» балансу. Слабость нервной сис-

темы обнаружилась прежде всего у учащихся с хорошей «танцевальностью», координированностью, с хорошим вращением.

В то же время какое бы качество ни рассматривалось у учащихся, оно было сильнее выражено у лиц с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу, т. е. у обладающих повышенной потребностью в двигательной активности. Очевидно, эти учащиеся обладают более высокой работоспособностью, потому у них лучше развиты профессионально важные качества.

Музыканты-исполнители. Ю. А. Цагарелли (1981) показал, что свойства нервной системы коррелируют со многими способностями музыкантов-исполнителей. Эмоциональность, музыкальная память (образная и эмоциональная) связаны со слабостью нервной системы и высокой лабильностью, а логическая музыкальная память — с инертностью нервных процессов. Оригинальность музыкального логического мышления соотносится с низкой лабильностью, а оригинальность и быстрота образного музыкального мышления — с высокой лабильностью и подвижностью нервных процессов. Восприятие музыкальной информации на сенсорно-перцептивном уровне лучше осуществляется лицами с высокой лабильностью. Таким образом, у людей с разными типологическими особенностями музыкальность как интегральное образование имеет разную структуру (с точки зрения выраженности разных способностей, ее составляющих).

Как установлено Л. А. Лепиховой и Т. Ф. Цыгульской (1982), музыкантам больше всего присуща слабая и высоколабильная нервная система. Именно эти типологические особенности способствуют более успешной музыкальной деятельности, в частности — хоровой (И. А. Левочкина, 1988). Роль высокой лабильности нервной системы для успешности музыкальной деятельности установлена и в других исследованиях (И. С. Букреев, 1983; М. В. Никешичев, 1990; Ю. А. Цагарелли).

18.7. Эффективность интеллектуальной профессиональной деятельности и типологические особенности

Связь успешности интеллектуальной деятельности с типологическими особенностями человека в основном изучается с привлечением в качестве объекта исследования учащихся. Профессиональная интеллектуальная деятельность рассматривается психологами пока недостаточно, а ее дифференциально-психофизиологические исследования можно вообще пересчитать по пальцам. Во многом это обусловлено тем, что в «чистом» виде интеллектуальная деятельность человека проявляется не столь уж и часто. Она по преимуществу сочетается с перцептивной (операторы, авиадиспетчеры, радиотелеграфисты, телефонистки), организаторской (руководители всех рангов, преподаватели) или с двигательной деятельностью (например, тренеры по спорту).

Соответственно особенный интерес представляют данные, полученные Ю. С. Якштисом (1992), занимавшимся изучением особенностей референтов и редакторов. Успешности работы тех и других способствовали слабая нервная система, подвижность возбуждения и торможения и преобладание последнего по «внешнему» балансу (см. табл. 18.1).

Таблица 18.1

Коэффициенты корреляции успешности деятельности референтов и редакторов с выраженностью типологических особенностей проявления свойств нервной системы

Типологические особенности	Референты	Редакторы
Сила нервной системы	−0,470***	−0,470***
Подвижность возбуждения	0,376**	0,350*
Подвижность торможения	0,405**	0,350*
«Внешний» баланс	−0,532***	−0,361*

Примечание: * — $p < 0,05$; ** — $p < 0,01$; *** — $p < 0,001$.

М. К. Кабардов (1983) и С. А. Изюмова (1988) показали, что способности к усвоению иностранного языка связаны с лабильностью нервной системы. При ее инертности возникают трудности восприятия как речи на слух, так и новой информации при дефиците времени и быстрой переработки той, недостаточно высок и темп речевой деятельности. Очевидно поэтому среди профессий, предполагающих овладение иностранным языком (преподаватели такового, переводчики), преобладают лица с высокой лабильностью и подвижностью нервной системы.

Таким образом, выявляется четкая зависимость успешности интеллектуальной деятельности от такого свойства, как лабильность нервной системы. Однако все приведенные данные касаются тех видов деятельности, где существенное значение имеет быстрота выполнения умственных операций. Другие же виды (в частности, научная деятельность) с этих позиций не изучены.

Итак, рассмотрены разновидности деятельности, в которых та или иная их характеристика выражена в крайней степени, является доминирующей, а также и вызываемые ими рабочие состояния. Время появления последних и полнота их формирования у разных людей неодинаковы, что свидетельствует о различной степени устойчивости к факторам, вызывающим эти состояния. При этом один человек может быть устойчив к психическому напряжению и неустойчив к монотонности, другой устойчив к монотонности, но не к длительному физическому напряжению, вызывающему утомление и т. д. Как явствует из сказанного, это обусловлено тем, что во многом устойчивость к определенным факторам связана с разными типологическими особенностями проявления свойств нервной системы и темперамента. Поскольку у человека имеются какие-либо одни из них и отсутствуют другие, он не может быть в равной мере стойким ко всем без исключения факторам. Так, лица с сильной нервной системой устойчивее к фрустрирующим и стрессогенным факторам, но не к монотонности. Лица со слабой нервной системой, наоборот, более устойчивы к монотонности, но менее — к фрустрации и стрессогенным факторам.

Однако во многих профессиях деятельность по своим характеристикам противоречива и поэтому предъявляет к личности подчас противоположные требования. Так, типичными для слесарей-сборщиков конвейерного производства являются, с одной стороны, монотонность осуществляемых ими операций, а с другой — быстрота их выполнения.

Первому требованию соответствуют инертность нервных процессов, преобладание торможения по «внешнему» балансу, слабая нервная система, а второму — подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения по «внешнему» балансу и слабая нервная система. В этой ситуации выгоднее иметь среднюю выраженность свойств нервной системы. Необходимым свойством, по данным А. И. Фукина (1995), оказывается лабильность нервной системы, которая у большинства успешных работниц была средней. Среди них также отмечался высокий процент тех, у кого был средний уровень подвижности возбуждения и торможения. Среди же тех, чьи успехи невысоки, преобладали лица с высокой лабильностью, инертностью возбуждения и торможения.

Эти данные согласуются с результатами, полученными Р. В. Шрейдер и В. Д. Шадриковым (1976): успешной деятельности сборщиц способствует не низкая или высокая степень подвижности нервных процессов, а именно средняя.

В исследованиях В. И. Полякова (1972) и А. И. Фукина (1995) выявлено: на конвейерном производстве успешно работать могут люди не только со слабой, но и с сильной нервной системой. (Последние — благодаря большей терпеливости; правда, следует учесть, что в типологический комплекс терпеливости входят три особенности, обеспечивающие устойчивость к монотонному фактору: инертность нервных процессов, преобладание торможения по «внешнему», а возбуждения по «внутреннему» балансу.)

Л. А. Копытовой (1964б) установлено, что ткачихи, отличавшиеся инертностью нервных процессов, при работе на трех станках реже, чем их «подвижные» коллеги, отвлекаются от выполнения срочного задания. Когда необходимо устранить простой станков или когда обрывается нить, это положительное проявление свойства. Но у ткачих, для которых характерна подвижность нервных процессов, чаще, чем у инертных, внимание переключается с одного станка на другой, а это позволяет им быстрее обнаруживать неполадки. Таким образом, последнее обстоятельство компенсирует большую отвлекаемость внимания.

Сходные соотношения между переключением и отвлечением внимания Л. А. Копытова обнаружила и у токарей-наладчиков, обладавших сильной или слабой нервной системой.

Изучая проявление лабильности в формировании профессиональных качеств ткачих, Е. М. Борисова (1965) выявила: при одинаковой производительности труда разные работницы обладают неодинаковыми способностями. У высоколабильных по зрительному анализатору были высокоразвиты сенсорные качества, а у высоколабильных по двигательному анализатору — моторные. Лабильные быстрее выполняли рабочие операции.

Ткачихи, которым свойственна подвижность нервных процессов, при связывании нити совершают движения быстрее, чем те работницы, у кого отмечается инертность нервных процессов. Но если выполнение рабочей операции связано с переходом от одного станка к другому, то «инертные» за счет большего ускорения не уступают «подвижным» (Е. А. Климов, 1969).

Как уже говорилось, телефонистки трудятся в довольно высоком темпе, чему может способствовать и слабость нервной системы. Однако в процессе работы у них возникают ситуации, требующие психологической устойчивости (плохая слышимость на линии, неправильные действия коллеги на другом конце провода), из-за чего бывает невозможно выполнить заказ в течение определенного вре-

мени. Возникает угроза жалоб со стороны абонента, что вызывает психическое напряжение у телефонисток. Поэтому их успешной работе на междугородных линиях может способствовать и сильная нервная система (В. А. Трошихин с соавторами, 1978).

По данным И. А. Левочкиной (1988), различия в степени активированности нервной системы влияют не столько на уровень мастерства музыкантов, сколько на качественные различия музыкальной деятельности. Для высокоактивированных характерны ярко выраженная артистичность, эмоциональность исполнения. Низкоактивированным присуще стремление к отточенности исполнения. Первые достигают мастерства за счет легкости усвоения музыкального материала, вторые — благодаря большей старательности, собранности.

18.8. Эффективность групповой деятельности и типологические особенности

До сих пор мы приводили данные об эффективности деятельности, не разграничивая ее характер — индивидуальный или групповой. Однако, как показано в ряде исследований, данный аспект для работающих вовсе не безразличен; при этом немаловажное значение могут иметь типологические особенности.

В. М. Русалов (1979) изучал специфику межличностного взаимодействия в совместной деятельности лиц, различающихся свойствами экстраверсии — интроверсии и нейротизма (стабильных и нестабильных). Для экстравертов стабильных наиболее благоприятны партнеры экстраверты лабильные или интроверты лабильные, а наименее благоприятными — экстраверты стабильные или же интроверты стабильные.

Экстраверты лабильные показывали лучшие результаты в тех случаях, когда их партнерами были интроверты (вне зависимости от выраженности нейротизма); в то же время худшие результаты они демонстрировали, если работали вместе с экстравертами, особенно — с лабильными.

Интроверты лабильные эффективнее работали вместе с экстравертами и хуже с интровертами, особенно — с лабильными (т. е. обладающими высоким нейротизмом). Интроверты стабильные лучше действовали, если их партнерами выступали люди, имеющие те же или прямо противоположные свойства темперамента.

Таким образом, исследование В. М. Русалова показало, что взаимодействие в работе осуществляется лучше в том случае, если партнеры обладают противоположными типологическими особенностями.

Аналогичные данные получены и другими авторами (Т. Д. Сарториус, 1975; С. В. Сергеева, Н. А. Чернявская, 1975; М. Р. Щукин, 1981; В. В. Белоус, 1984).

И. Х. Пикалов (1977) установил, что сплоченность коллектива значительно возрастает в тех случаях, когда общие задачи реализуются парами, подобранными по противоположным свойствам темперамента. Выявлено также, что группы, сформированные по признаку силы — слабости нервной системы (в одной группе были только лица с сильной нервной системой, а в другой — исключительно со слабой), показывают разную эффективность совместной деятельности: вторые решали задачу быстрее в 1,5 раза и допускали ошибок почти в три раза меньше (В. В. Белоус, А. И. Щебетенко, 1984).

18.9. Стимулирование деятельности лиц с различными типологическими особенностями

На многих производствах применяются различные способы стимулирования и восстановления работоспособности рабочих и служащих (психологическая разгрузка в специально отведенных помещениях, транслирование музыки и т. п.). Некоторые исследования показывают, что осуществление этих мероприятий без учета типологических особенностей людей может принести не пользу, а вред. Сошлемся для доказательства этого на работу А. А. Коротаева (1968), который использовал в качестве стимулятора музыку для сборщиц часового завода.

Если музыкальное произведение было работницам неприятно, то даже в спокойной ситуации у лиц со слабой и сильной нервной системой деятельность ухудшалась, причем у первых по всем показателям (время выполнения операции, количество коррегирующих действий, количество неточных движений, мера отвлечения внимания) ухудшение было большим, чем у вторых. Особенно возрастают время выполнения операций и мера отвлечения внимания.

При напряженном темпе работы неприятная музыка ухудшала деятельность у сборщиц с сильной нервной системой и либо не изменяла, либо незначительно улучшала эффективность деятельности у лиц со слабой нервной системой. Объяснение последнему факту автор видит в том, что работницы при высоком темпе все внимание сосредоточивали на совершаемых операциях, а от музыки как бы отгораживались своеобразным психологическим барьером (не обращали на нее внимание, как говорили сами женщины).

Приятная музыка в спокойной ситуации (при оптимальном темпе работы) улучшала эффективность деятельности лиц как с сильной, так и со слабой нервной системой, однако у последних сосредоточенность внимания улучшалась сильнее, активнее уменьшались у них и коррегирующие действия.

При напряженной работе приятная музыка оказывала на разных сборщиц неодинаковое влияние. У лиц с сильной нервной системой происходило практически такое же улучшение деятельности, как и при оптимальном темпе работы, а у сотрудниц со слабой нервной системой приятная музыка либо не способствовала улучшению деятельности, либо даже ухудшала ее (по количеству коррегирующих действий и мере отвлечения внимания).

Таким образом, А. А. Коротаев показал, что использование музыки в качестве средства, стимулирующего работоспособность, требует непременного учета типологических особенностей работающих.

Дополнение к этим результатам содержится в работе Л. Я. Дорфмана (1981), выявившего, что у людей с сильной нервной системой физическая выносливость была выше на фоне возникшей под влиянием музыки эмоции радости, а не страдания. У лиц же со слабой нервной системой все было наоборот.

ГЛАВА 19

Дифференциально-психофизиологические аспекты становления профессионала

19.1. Роль типологических особенностей в становлении профессионала

Становление профессионала как психофизиологическая проблема включает профессиональную ориентацию и отбор, профессиональное обучение и адаптацию к данной профессии.

Осуществление всех этих задач требует непременного учета типологических особенностей человека. Ведь еще в XVI в. Френсис Бэкон говорил, что счастливы те, чья природа находится в согласии с их занятиями. Это положение отразилось и во взглядах психотехников в 1920-е гг. Например, один из самых видных из них, О. Липманн связывал выбор профессии с типом темперамента. Не менее известный психотехник Э. Клапаред тоже считал, что одни профессии подходят людям с живым темпераментом, а другие — лицам со спокойным темпераментом. Ряд исследователей связывали с психологическими особенностями то, насколько часто работники подвержены несчастным случаям. Отсюда очевидна связь дифференциальной психофизиологии с проблемой ориентации и отбора для различных видов профессиональной деятельности.

Как отмечает К. М. Гуревич (1974), каждый человек может овладеть любой профессией, но все дело в том, сколько на это понадобится времени и сил. Период трудовой активности в жизни субъекта ограничен (особенно это касается артистов балета, цирка, спортсменов), а непродуктивная безрадостная деятельность представляет не только личное несчастье, она отражается и на всем обществе. Поэтому дифференциальная психофизиология труда в одних случаях должна помочь найти кратчайшие и наиболее эффективные для данного человека пути формирования профессионального мастерства, а в других — предотвратить возможные ошибки в выборе профессионального занятия.

Следовательно, при ориентации и отборе важно учитывать типологические особенности свойств темперамента и нервной системы, которые проявляются относительно устойчиво, поскольку такова их природная основа, и соответственно повышают надежность прогноза. Кроме того, их учет позволит избежать неправильных суждений о личности работника. К. М. Гуревич пишет, что индивидуальные различия людей как бы не замечаются, они словно отходят на второй

план, и тот, кто неудовлетворительно справляется со своим делом, кому оно пришлось не по душе и не по силам, иногда оценивается как человек недостаточно ответственный, недостаточно сознающий свой долг.

19.2. Дифференциально-психофизиологические аспекты профессиональной ориентации и отбора

Вопрос этот в психологии труда рассматривался неоднократно и с разных позиций. Суть разногласий, например, касающихся необходимости профессионального отбора, состоит в следующем. Поскольку рабочие, имеющие разные типологические особенности, показывают (благодаря сформированности определенного стиля деятельности) одинаковую производительность труда (т. е. все выполняют план на 100%), нет необходимости отбирать людей вообще и с учетом типологических особенностей — в частности.

Такая точка зрения была высказана в конце 1960-х гг. В. С. Мерлиным и Е. А. Климовым. В пользу ее говорит и тот факт, что типологические особенности взаимно компенсируют друг друга в приспособительной деятельности. Например, нетерпеливость, которой отличаются лица со слабой нервной системой, может быть в определенной степени компенсирована наличием у них инертности нервных процессов, преобладанием торможения по «внешнему» балансу или преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу. И наоборот, нетерпеливость людей подвижных компенсируется у них силой нервной системы и т. д. Это дает возможность людям с разными типологическими особенностями одинаково успешно приспосабливаться к одной и той же деятельности, не предъявляющей к человеку максимальных требований.

В противовес этой точке зрения К. М. Гуревич (1970) доказывал, что в профессиях первого типа, связанных с экстремальными ситуациями и большим нервно-психическим напряжением, отбор необходим. Жесткую позицию по отношению к надобности отбора водителей транспорта заняли В. А. Трошихин и его соавторы (1978).

По этому поводу К. М. Гуревич (1974) пишет:

> ...Различия по степеням представленности свойств нервной системы не имеют решающего значения для достижения общественно необходимой эффективности труда и не сказываются заметным образом на удовлетворении, получаемом от труда, в подавляющем большинстве профессий.

Далее автор замечает:

> Одновременно показано, что имеется группа профессий, пригодность к которым сформируется только при наличии некоторых природных данных, степень и модальность которых может быть установлена путем предварительного анализа и последующей экспериментальной проверки (с. 5).

Вместе с тем если в ранних своих работах по проблеме отбора К. М. Гуревич относил к профессиям первого типа, безусловно требующим отбора, только те, что связаны с экстремальными ситуациями, то затем стал причислять к ним и такие, которые связаны с навыками, требующими скорости и точности. Это произошло после исследования М. К. Акимовой (1974), показавшей, что инертность

нервных процессов может служить препятствием на пути овладения такими навыками.

Константин Маркович Гуревич, доктор психологических наук, профессор.

Родился в 1906 г. в Самаре. В 1931 г. окончил психотехническое отделение Ленинградского педагогического института им. А. И. Герцена, а в 1940 г. – аспирантуру Московского государственного института психологии, защитив кандидатскую диссертацию по психологии воли. С 1949 г. – старший научный сотрудник НИИ общей и педагогической психологии АПН РСФСР, работал в лаборатории дифференциальной психофизиологии, руководимой Б. М. Тепловым. С 1957 г. его научной проблематикой стало изучение профессиональной пригодности с позиций учения о свойствах нервной системы. С 1968 г. – заведующий лабораторией психофизиологических основ профессиональной пригодности. За монографию «Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы» в 1971 г. ему была присуждена степень доктора психологических наук. С конца 70-х гг. значительное внимание уделял психодиагностике. Под его редакцией вышла коллективная монография «Психодиагностика» (1981).

В правомерности этого утверждения можно убедиться, если обратиться к данным, полученным в исследованиях представителей различных видов спорта. Есть такие виды, где типологические особенности не имеют решающего значения (например, спортивные игры, в которых типология сказывается главным образом на выборе игрового амплуа и стиля деятельности). В то же время есть и те, для которых отбор не только желателен, но и необходим (парашютный спорт, прыжки в воду и на лыжах с трамплина). Здесь деятельность связана с переживанием страха, и лица, обладающие типологическим комплексом, способствующим проявлению такового, не смогут подняться до высокого уровня мастерства, рано или поздно они прекратят заниматься этим видом спорта.

Собственно, в отношении других видов спорта учет типологических особенностей также приносит пользу. Так, работа над техникой в определенных видах спорта (тяжелая атлетика, бег с барьерами, прыжки) очень монотонная, и не случайно в ряде исследований выявлено, что у мастеров высокого класса — представителей таких видов спорта — наблюдаются типологические особенности, способствующие устойчивости к возникновению состояния монотонии (см., напр., М. Ю. Кузьминых, 1997).

Данный вывод подтверждается и исследованиями западных психологов, когда объектом изучения стали военные летчики. Р. Рейнхард (R. Reinhard, 1970) сравнил нейротизм лучших пилотов ВМС США с нейротизмом американских студентов колледжей. У первых он оказался в два раза ниже. У успешно завершивших обучение летному делу уровни эмоциональной стабильности и экстраверсии были выше, чем у тех, кому это не удалось (Д. Бертрам и Г. Дейл [D. Bartram, H. Dale, 1982]). То, что военным летчикам более присущи экстраверсия и низкий нейротизм, было выявлено и в исследовании М. Окаю и др. (M. Okaue et al., 1977).

Одной из наиболее известных психологических теорий профессионального выбора, объединяющей личностные черты с предпочтением рода занятий, является концепция Дж. Холланда, который поставил своей целью объяснить, почему разные типы людей предпочитают разные типы профессиональных занятий (Holland, 1963). Обозначив шесть основных родов занятий, названных «рабочая среда», Дж. Холланд представил их в виде гексагональной структуры, указав взаимосвязи между личностными особенностями, предпочтением рода деятельности и конкретными образцами профессий. Следующая краткая схема (на основе Osipow, 1983) прояснит суть этой теории: сначала идет обозначе-

ние рода деятельности, затем примеры конкретных профессий и характеристики личностного типа, склонного к освоению данной «рабочей среды».

Практическая – фермер, водитель грузовика – несоциализированность, зрелость, маскулинность, экстравертированность, настойчивость.

Исследовательская – химик, биолог – несоциализированность, маскулинность, интровертированность, самодостаточность, настойчивость.

Общественная – социальные работники, учителя – предприимчивость, консервативность, фемининность, социализированность.

Традиционная – книготорговцы, банковские служащие – конформность, консервативность, зависимость, маскулинность, нескромность, экстравертированность, ответственность.

Предпринимательская – бизнесмены, политики – социализированность, доминантность, консервативность, импульсивность.

Художественная – музыканты, актеры – незрелость, утонченность, параноидальность, интровертированность.

Несмотря на явную несогласованность (по крайней мере, явствующую из представленных перечней) между собой некоторых признаков одного и того же симптомокомплекса, разработанный на базе концепции Опросник измерения профессиональных предпочтений (Holland, 1985) широко используется (Либин А. В., 2000, с. 415–416).

Ценность использования при профессиональном консультировании данных о типологических особенностях в том и состоит, что их учет позволяет выявить задатки способностей, вскрыть находящиеся в подсознании склонности человека. Например, в работе бельгийских психологов (Де Фрюи и Мервильд [De Fruyt, Mervielde, 1996]) было выявлено, что студенты, специализирующиеся в области филологии и истории, получили самые высокие оценки по шкале нейротизма и самые низкие — экстраверсии. Студенты-психологи имели низкую оценку по добросовестности, среднюю оценку по шкалам нейротизма и экстраверсии и самую высокую — по открытости новому опыту. Студенты, избравшие естественные и инженерные науки, имели самые низкие оценки по нейротизму и т. д.

По сравнению с интровертами экстраверты более склонны выбирать профессии, связанные с социальными контактами. Поэтому существует опасность, что работники-интроверты могут испытывать напряжение, если их профессиональная деятельность требует значительного количества контактов с людьми из других организаций и в ней отсутствуют рутинные операции. Блант (P. Blunt, 1978) предположил, что по этой причине менеджеры-интроверты предпочитают выбирать должности, связанные с относительно рутинными обязанностями (финансы, производство, технический менеджмент), в то время как менеджеры-экстраверты ищут работу в области торговли, маркетинга, транспорта. Это подверждается выводами, сделанными А. Фернхемом и др. (A. Furnham, 1992a; A. Furnham, R. Coveney, 1996; A. Furnham, T. Miller, 1997) при изучении торговых агентов: экстраверты имели более высокие оценки выполнения работы и общего потенциала, чем интроверты.

Л. Стернс с коллегами (L. Sterns et al., 1983) обнаружили, что экстраверты выбирают профессии с более высокими уровнем творчества и разнообразия. Они менее удовлетворены канцелярской работой.

Д. Бертрам (D. Bartram, 1995) исследовал экстраверсию и нейротизм у абитуриентов, поступавших на курсы военных летчиков, и установил, что у них уровни экстраверсии и эмоциональной стабильности выше, чем у общей популяции. Сле-

довательно, происходит «самоотбор» людей в определенные профессиональные сферы.

В работе Т. В. Кудрявцева и А. В. Сухарева (1985) продемонстрировано: выбор школьниками профессии того или иного профиля связан с разными особенностями личности (факторы по Кеттеллу). Например, интересующимся профессиями типа «человек — человек» присущи потребность в общении, конкретность мышления, более продуктивная работа в группе, большая напряженность с низким порогом фрустрации. Для заинтересованных в профессиях типа «человек — техника» характерными были ригидность поведения, реалистичность и независимость, радикальность и склонность к экспериментам, большая эффективность индивидуальной деятельности, и т. д.

По данным Н. А. Аминова (1991), студенты-психологи, склонные к научной деятельности, отличались по факторам H, Q_{III} и Q_{IV} Кеттелла от студентов-психологов с направленностью на практическую деятельность. Если для первых более характерна выраженность фактора Q_{III} (социальный контроль поведения, сдержанность в межличностных контактах), то для вторых — большая выраженность факторов H (социальная смелость) и Q_{IV} (тревожность, неуверенность).

С. А. Изюмова (1991) показала психологические различия между учащимися математического и литературного классов. «Математики» чаще относились к мыслительному типу по И. П. Павлову, обладали развитым словесно-логическим мышлением и высокими способностями к переработке информации, высоким субъективным контролем над значимыми ситуациями, чувством ответственности и хорошей самоорганизацией поведения. «Литераторы» чаще были представителями художественного типа, обладали яркими способностями к запечатлению, но отличались низким уровнем субъективного контроля, импульсивностью поведения, высокой любознательностью и большой потребностью к новым впечатлениям.

Однако при этом надо учитывать не только одну какую-либо типологическую особенность, что до сих пор и происходит в большинстве исследований и на практике, а *их совокупность*. Делать это необходимо потому, что способности обусловливаются не одним задатком (как и эффективность деятельности — не одной личностной особенностью), а несколькими; и чем больше у человека задатков, влияющих на определенную способность, тем более она выражена.

Максимальный уровень способности обусловливается наличием у человека максимального количества необходимых для нее задатков. Поэтому в данном случае отсутствующая типологическую особенность (задаток) не может быть компенсирована другими. Следовательно, чем большим количеством задатков к данной способности обладает человек, тем более выраженной оказывается у него данная способность. Поэтому для деятельности, предъявляющей экстремальные требования к какой-либо способности человека (например, максимальной скорости бега, максимальной концентрации или переключения внимания), требуется отбирать лица, имеющие максимальное или близкое к ней количество задатков, влияющих на эти способности.

Естественный отбор. Помимо специально организованного отбора существует еще и естественный, когда лица с типологическими особенностями, не подходящими для того или иного вида профессиональной деятельности, сами бросают ее из-за низких результатов. Об этом свидетельствуют данные, полученные при изучении спортсменов высокой квалификации.

Во многих видах спорта подбираются лица с какой-либо преобладающей тенденцией в проявлении свойств нервной системы. Там, где быстродействие является одним из главных факторов, определяющих успех спортивной деятельности, спортсмены в большинстве случаев имеют слабую нервную систему, подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения или уравновешенность по «внешнему» балансу. Эта триада выявлена у спринтеров-легкоатлетов, у рапиристов, темповых акробатов, спринтеров-велосипедистов, у игроков в настольный теннис.

В видах спорта, требующих выносливости и устойчивости к однообразию тренировочных нагрузок, у большинства спортсменов имеются типологические особенности, способствующие проявлению именно таких качеств: слабая или средняя сила нервной системы, инертность нервных процессов, уравновешенность или преобладание торможения по «внешнему», а возбуждения по «внутреннему» балансу.

В технически сложных видах спорта (спортивная гимнастика, легкоатлетические прыжки и метания, барьерный бег, прыжки на лыжах с трамплина) преобладают спортсмены с уравновешенностью по «внешнему» балансу и инертностью нервных процессов, т. е. с типологическими особенностями, обеспечивающими точность движений, хорошую двигательную память и память на движения (зрительную, словесно-логическую).

Наконец, большинство занимающихся теми видами спорта, которые требуют скоростной выносливости (например, в беге на 400 и 800 м), имеет сильную нервную систему, среднюю подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу, т. е. типологию, способствующую терпеливости к утомлению и недостатку кислорода в крови.

В игровых видах спорта дифференциация спортсменов по типологическим особенностям выражена хуже: общим лишь оказывается преобладание в мужских командах по волейболу, баскетболу, гандболу игроков с подвижностью нервных процессов, что обеспечивает быстрое переключение с одной ситуации на другую. В принципе же в спортивных играх хорошо себя проявляют спортсмены, имеющие любую типологию. Здесь все зависит от того, какое у них амплуа. Например, в футболе крайние нападающие (когда таковые еще были) отличались типологическим комплексом, присущим спринтерам. У полузащитников же в большинстве случаев наличествует типология, связанная с задатками выносливости, особенно скоростной. В частности, отмечается преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу, которое обеспечивает высокую работоспособность этих «челноков» в команде. В баскетболе защитники атакующего плана имеют типологические особенности, обусловливающие проявление решительности (которая им требуется при бросках с дальних дистанций, т. е. при выполнении 3-очковых бросков).

Поскольку эти данные получены при обследовании спортсменов самого высокого класса, становится очевидным неправомерность бытующего мнения, будто успехов в спорте достигают лишь те, у кого сильная, подвижная и уравновешенная нервная система. Подтверждается мнение Б. М. Теплова, что нет плохих и хороших типологических особенностей; их оценка зависит от того, какой вид деятельности выберет для себя человек.

Роль естественного отбора (или, скорее, подбора) с учетом типологических особенностей свойств нервной системы заметна и в данных, полученных Л. А. Ле-

пиховой и Т. Ф. Цыгульской (1982). Ими выявлено, что у 48% учителей слабая нервная система и лишь у 8% — сильная. У студентов музыкально-педагогического факультета педагогического института «крен» в сторону слабости нервной системы выражен еще больше (84,4%). Зато у курсантов морского училища лиц со слабой нервной системой оказалось только 24%. Остальные имели сильную и среднюю по силе нервную систему.

19.3. Индивидуальные особенности и удовлетворенность работой

К. М. Гуревич считает, что различия в типологии не сказываются заметным образом на удовлетворенности, получаемой от труда. Вряд ли это так. Поскольку склонность к тому или иному виду деятельности, как сказано выше, зависит от сочетания типологических особенностей свойств нервной системы, а на удовлетворенности выполняемой деятельностью сказывается, соответствует ли та или нет имеющейся у человека склонности, то, помимо многих других социальных факторов, удовлетворенность трудом может определяться и типологическими особенностями. Например, П. Ван ден Берг и Д. Фейдж (P. Van den Berg, J. Feij, 1993) установили, что по уровням эмоциональной стабильности и экстраверсии, оцененным при принятии на работу, можно спрогнозировать, какими будет удовлетворенность и желание оставить работу через 1,5–2 года.

А. Фернхем и М. Захерл (A. Furnham, M. Zacherl, 1986) также обнаружили связь ряда личностных особенностей с различными видами удовлетворенности. Люди с высоким уровнем нейротизма, как правило, испытывали значительно меньшую удовлетворенность объемом работы, которую они должны были выполнять, своими коллегами и зарплатой. Лица же с высоким уровнем психотизма были намного менее удовлетворены своими руководителями, коллегами и характером работы. Экстраверты, в отличие от лиц с высокими показателями нейротизма, оказались удовлетворены зарплатой. Отрицательную связь нейротизма с удовлетворенностью работой обнаружили и М. Перон с соавторами (M. Peron et al., 1979).

19.4. Дифференциально-психофизиологические аспекты профессионального обучения и тренировки

Вопросам профессионального обучения посвящено в дифференциальной психофизиологии достаточно большое количество работ. В них продемонстрировано, что в зависимости от специфики профессиональной деятельности успешность обучения определяется разными типологическими особенностями.

Как показали З. Н. Брикс и др. (1982), успешнее овладевают профессией слесаря-инструментальщика учащиеся, у которых отмечается средняя сила нервной системы и уравновешенность нервных процессов. По данным И. Д. Карцева и его соавторов (1977), хорошо осваивают профессию монтажника-высотника лица, имеющие сильную нервную систему и подвижность возбуждения. Подвижность торможения и уравновешенность нервных процессов в данном случае влияния на успешность овладения профессией не оказывали. Согласно этим же авторам, про-

фессией сборщика изделий из мелких деталей лучше овладевали учащиеся с сильной и подвижной нервной системой.

М. Р. Щукин (1964) установил, что при обучении профессии токаря учащиеся, отличавшиеся инертностью нервных процессов, отставали от других учеников, которые имели подвижные нервные процессы, в усвоении трудовых умений, причем постепенно такие различия сглаживались по мере обучения.

Однако, как утверждают М. Г. Субханкулов (1964) и И. Данч (1974), ученики-токари с сильной нервной системой и подвижностью нервных процессов производят меньше замеров деталей, реже контролируют свои работу, поэтому в начале обучения у них больше ошибок, чем у тех, кто характеризуется слабой нервной системой и инертностью нервных процессов.

М. Р. Щукин (1964) и А. И. Сухарева (1967) отмечают, что для усвоения некоторых трудовых навыков ученикам с инертной и слабой нервной системой требуется более длительный инструктаж и упражнения, чем с сильной и подвижной. Их приходится дольше учить. Инертные чаще требуют повторить инструктаж, они с большим трудом могут рассказать, какой должен быть порядок выполнения трудовых действий, хотя исполняют его практически правильно.

Согласно выводам В. А. Трошихина и его соавторов (1978), при обучении на радиотелеграфиста все 6 человек, сдавших в срок экзамен на III класс, имели высокие и средние показатели подвижности и силы нервной системы. Из 9 человек, не сдавших экзамен, только 2 обладали подобными типологическими особенностями. У остальных была либо инертная, либо слабая нервная система.

Исследование, проведенное с другой группой обучающихся, подтвердило эти выводы. Однако 6 человек среди тех, кто не смог обучиться профессии, имели требуемые высокую подвижность и силу нервной системы, но все-таки потерпели неудачу. Авторы предположили, что это связано с парциальностью проявления свойств нервной системы: использовавшиеся ими методики изучения типологических особенностей относились к зрительному анализатору, в то время как для работы радиотелеграфиста важен и слуховой анализатор. Межанализаторные типологические различия встречаются в 15–25% случаев, поэтому авторы посчитали, что неуспешность обучения этих 6 человек обусловлена несоответствием его типологическим особенностям, связанным со слуховым анализатором. В одной из серий исследований действительно было выявлено, что наибольшая успешность обучения связана с подвижностью и силой нервной системой, определяемых именно через слуховой анализатор.

Эти же авторы изучали успешность овладения профессией телефонистки междугородных линий. Оказалось, что и здесь наиболее успешно обучались те, у кого была большая подвижность нервных процессов. Та же зависимость выявилась и относительно силы нервной системы: более успешными в обучении профессии были лица с сильной нервной системой.

Правда, следует отметить, что сила нервной системы (работоспособность головного мозга, как пишут авторы) определялась не совсем обычным способом (по числу допускаемых ошибок при приеме сигналов), поэтому заключение о ее влиянии на успешность обучения радиотелеграфистов и телефонисток требует дальнейшей проверки с использованием других способов диагностики свойства силы. На эту мысль наводит и то обстоятельство, что успешность овладения профессией телеграфиста связывается авторами с высокой максимальной частотой

движений кистью руки. Последняя же соотносится не с силой нервной системой, а с ее слабостью.

Быстрота научения (и прежде всего формирования двигательных навыков) зависит от ряда психических процессов, которые тесно связаны с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы.

На этапе формирования представления о двигательном действии важную роль играют слабая нервная система, уравновешенность нервных процессов и средняя степень их подвижности. Это обусловлено тем, что быстрота формирования представления об упражнении зависит от объема зрительного восприятия, который больше у лиц с указанной типологией. Объем зрительного восприятия определяет полноту «схватывания» схемы движения, особенно при лимитированном времени восприятия, что и происходит в естественных условиях показа двигательного действия тренером или учителем.

На этапе закрепления разучиваемого двигательного действия большое значение отводится мнемическим способностям и обусловливающим их типологическим особенностям свойств нервной системы. Первоначальное запоминание лучше осуществляется лицами с инертностью нервных процессов (В. И. Гончаров, 1983; Е. Д. Юсим, 1975). Но не только память на движения и двигательная память определяют быстроту формирования двигательных навыков. Переработка информации, использование ее в процессе формирования представления о движении и коррекции техники тоже играют существенную роль, а они связаны с подвижностью и лабильностью нервной системы. Очевидно, поэтому темпы обучения на начальном этапе выше у лиц с подвижностью и лабильностью нервной системы. Однако затем инертные догоняют «подвижных», и качество навыка становится у тех и других одинаковым (В. П. Мерлинкин, М. Е. Бубнов, 1977).

Свойства темперамента также влияют на процесс обучения. Например, установлено, что высокий уровень нейротизма способствует успешной учебе. Судя по всему, это объясняется большей ответственностью лиц с высокой степенью тревожности. Правда, такая связь наблюдается только в группах с высоким интеллектом и у тех, кто избирает правильные стратегии совладания и имеет достаточную силу суперэго (Дж. Мак-Кензи [J. McKenzie, 1989]).

Быстрота прироста физических качеств. Было обнаружено, что прирост мышечной силы у лиц с разной типологией неодинаков в зависимости от того, какая по интенсивности и объему дается нагрузка на тренировочных занятиях. Наибольший прирост наблюдается у лиц с сильной нервной системой, если используются интенсивные нагрузки (работа с близким к предельному весом), и у лиц со слабой нервной системой при объемной (средней и большой интенсивности) нагрузке (В. А. Сальников, 1975б, 1976б). При этом нужно учитывать и частоту и длительность пауз отдыха между выполнением нагрузок. Лицам с сильной нервной системой можно давать нагрузку с меньшими интервалами, так как восстановление у них происходит быстрее, чем у лиц со слабой нервной системой.

Обладающие инертной нервной системой могут выполнять большую нагрузку на одном занятии, но время восстановления у них больше, поэтому перерывы между занятиями для них должны планироваться более длительные.

Методы, используемые на тренировочных занятиях. В практике обучения используются распределенный и концентрированный методы. Их эффективность различается для людей с разными типологическими особенностями. Распреде-

ленный метод лучше применять к тем, кто имеет слабую нервную систему, а концентрированный — к тем, у кого она сильная.

Использование соревновательного метода в процессе обучения также должно проходить с учетом типологических особенностей. Так, эффективность деятельности людей, нервная система которых слабая, может повышаться во время контрольных прикидок (благодаря усилению мотивации), однако злоупотреблять таким методом не стоит, так как это может истощить их нервную систему перед ответственной деятельностью.

По данным В. А. Сальникова (1975а), восстановление и возникновение фазы суперкомпенсации быстрее происходит у людей с подвижностью торможения и сильной нервной системой. Лица со слабой нервной системой, инертностью торможения и преобладанием его по «внутреннему» балансу восстанавливаются медленнее. Следовательно, периоды отдыха должны быть у них длиннее, чем у тех, кто имеет сильную и подвижную по торможению нервную систему.

19.5. Профессиональная адаптация лиц с различными типологическими особенностями

В процессе выполнения профессиональной деятельности люди сталкиваются с двумя видами адаптации: долговременной (связанной с вхождением в профессию, с освоением работы, с коллективом и т. п.) и кратковременной (оперативной), связанной со сменой рабочих мест, рабочей смены и т. п.

Изучение долговременной профессиональной адаптации, занимающей несколько месяцев, показало, что она зависит от монотоноустойчивости работающих. У работников, устойчивых к состоянию монотонии, в первой год их труда устойчиво нарастал интерес к работе, в то время как у не обладающих такой устойчивостью он рос лишь в течение первых 1,5 месяца, а через 4 месяца упорно снижался. У 50% лиц, устойчивых к монотонии, в это время потребность в достижениях увеличилась и только у 10% ослабла. Одновременно у тех, кто относился к числу неустойчивых к монотонности, увеличение потребности в достижениях наблюдалось лишь в 14% случаев, а снижение — в 29%. Различной у тех и других была и динамика профессионального роста. Сначала первые отставали от вторых: I разряд они получили на 2,5 месяца позже. Однако затем стали заметно опережать неустойчивых к состоянию монотонии: II разряда они добились на 4,5 месяца, а III — на 5,5 месяца раньше (Н. П. Фетискин, 1993).

Если учесть, что монотоноустойчивые отличались инертностью нервных процессов, а противоположные им лица — подвижностью, то подобную закономерность в быстроте адаптации к новым условиям можно выявить и в других исследованиях. Так, согласно Р. Р. Гучетлеву (1985), студенты-спортсмены с подвижностью нервных процессов быстрее адаптировались к новому режиму учебных и тренировочных нагрузок, чем студенты-спортсмены с инертностью нервных процессов.

Можно предположить, что такая же зависимость быстроты адаптации от выраженности свойства подвижности, лабильности проявится и в отношении ротации утренней смены работы на вечернюю или той на ночную и т. д.

Однако важно учитывать то обстоятельство, что медленно адаптирующиеся рабочие в конце концов достигают таких же, а порой и лучших производственных

показателей по сравнению с быстро адаптирующимися. Более того, более быстрая адаптация и освоение трудовых навыков лицами, отличающимися подвижностью нервных процессов, может ввести психологов и мастеров производственного обучения в заблуждение относительно их большей пригодности к данной профессии.

Как показано А. И. Фукиным (1995), в первые годы освоения профессии слесаря-сборщика конвейерного производства лучших результатов добивались рабочие с типологическим комплексом быстродействия (со слабой, подвижной нервной системой и преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу), а в последующей пятилетке — рабочие с типологическим комплексом монотоноустойчивости (слабая нервная система, инертность нервных процессов, преобладание торможения во «внешнему» балансу), поскольку ведущим фактором на этом производстве служит все-таки монотонность труда. Рабочие же, добившиеся быстрых успехов в освоении данной профессии, но не соответствующие по своей типологии характеру такого труда, впоследствии покинули это производство. Так, среди рабочих с большим стажем (10 лет и больше) остались в основном только те, типологические особенности которых соответствуют психологической специфике выполняемых рабочих операций. Например, на одном из конвейерных производств все работницы с большим стажем характеризовались инертностью нервных процессов. В. А. Трошихин с соавторами не нашли среди водителей автотранспорта с большим стажем лиц, у которых бы была крайне выражена инертность нервных процессов, которая препятствует осуществлению навыков вождения автомобиля.

К сожалению, применительно к трудовым видам деятельности это положение можно доказать лишь отчасти, поскольку массовых обследований различных профессий с дифференциально-психофизиологических позиций до сих пор не проведено. Вместе с тем обследования спортсменов не ниже I разряда, главным образом — мастеров спорта и членов сборных команд страны, отчетливо продемонстрировали, что во многих видах спорта подбираются лица с определенной типологией.

Процесс адаптации (приспособления) происходит также благодаря некоторому изменению нейродинамических свойств, обеспечивающих проявление необходимых для успешного освоения профессии качеств. Это установили Е. Высотская и А. М. Сухарева (1974), изучив типологические особенности свойств нервной системы учащихся хореографического училища.

Специфическая особенность обучения хореографии — многократное, изо дня в день, повторение одних и тех же движений, жестов, поворотов, фигур, т. е. тренировочная деятельность носит монотонный характер. В то время как у учащихся общеобразовательных школ с возрастом количество лиц со слабой нервной системой уменьшается, у учащихся хореографического училища оно возрастает. Увеличивается с возрастом и количество учащихся хореографического училища, имеющих инертность возбуждения и торможения, в результате чего в старших классах таких лиц заметно больше, чем в общеобразовательной школе. Следовательно, усиливаются типологические особенности, обеспечивающие устойчивость к монотонности.

Правда, у юношей хореографического училища наблюдалась явная тенденция к увеличению с возрастом подвижности торможения, причем по ее уровню они

превосходят как своих сверстников из общеобразовательной школы, так и девушек, обучающихся в хореографическом училище. Очевидно, эта особенность типологии юношей, занимающихся хореографией, связана с их деятельностью. В танце им приходится делать много поддержек, поднимая партнерш. В этом смысле по роду деятельности они близки нижним силовым акробатам. Последних тоже отличает инертность возбуждения и большая подвижность торможения.

Оперативная профессиональная адаптация. Как установили В. А. Трошихин с соавторами, период адаптации водителя к новому для него виду транспорта характеризуется некоторым увеличением числа нарушений правил движения (что более присуще лицам с подвижностью нервных процессов) и аварийности (что в большей мере свойственно лицам с инертностью нервных процессов). Быстрее привыкали лица со средним уровнем подвижности нервных процессов.

Н. П. Фетискин изучал влияние типологических особенностей на эффективность деятельности, которая отличалась монотонностью, при смене рабочих мест. Он выявил, что многие рабочие отрицательно относятся к смене рабочих мест в течение одного рабочего дня. Это были в основном люди с типологическим комплексом монотоноустойчивости. Неустойчивые же к состоянию монотонии положительно относились к такой смене рабочих мест.

Особенно сильно в этом комплексе проявилось свойство подвижности нервных процессов: работать на одном месте предпочитали 80% рабочих с инертностью возбуждения и почти 70% — с инертностью торможения. При обязательной для всех смене рабочих мест устойчивые к монотонности труда нередко отставали в выполнении плана от себе противоположных.

С учетом этих данных среди тростильщиц были созданы две бригады. Первую составили работницы, которые были неустойчивы к развитию состояния монотонии, склонные к смене рабочих мест. Вторую бригаду составили монотоноустойчивые сотрудницы. И те и другие должны были работать три недели со сменой рабочих мест и три недели — на одном месте. В результате у первой бригады при смене мест производительность труда повысилась, а у второй — снизилась. Кроме того, у первых состояние монотонии было выражено меньше, а у вторых смена мест усугубляла развитие утомления.

ГЛАВА 20

Успешность учебной деятельности и типологические особенности

Вопрос о том, как успешность учебной деятельности связана с типологическими особенностями учащихся, исследовался на территории бывшего СССР в трех психологических центрах: в Киеве — с позиций учения И. П. Павлова о типах темперамента, в Перми — на основе учения о свойствах темперамента, предложенного В. С. Мерлиным, и в Москве в лаборатории Э. А. Голубевой (отталкиваясь от свойств нервной системы). Если украинские и московские психологи подчеркивают зависимость успешности деятельности от типологических особенностей учащихся, то психологи пермской школы традиционно отстаивают отсутствие таковой, сводя роль типологических особенностей к формированию стиля деятельности, который и обеспечивает учащимся с разными типологическими особенностями одинаковую успешность обучения. Аналогичной позиции придерживается и Н. С. Лейтес (1960, 1971).

Противоречивость результатов и суждений можно объяснить многими причинами, и прежде всего — мотивацией учения: положительная она у обследованных учащихся или отрицательная. Большую роль также играют условия контроля знаний учащихся, психологический климат в классе, отношение учеников к выставляемым оценкам и т. д. Все это может маскировать, нивелировать влияние тех или иных типологических особенностей на эффективность умственной учебной деятельности. А наличие его следует хотя бы из того, что познавательные процессы (внимание, память, восприятие), как показывают многочисленные данные, связаны с типологическими особенностями свойств нервной системы и темперамента.

Этот вопрос проясняется, если рассмотреть, как проявляют себя типологические особенности в различных умственных операциях и действиях, в стиле деятельности, как учащиеся реагируют на ситуацию опроса и т. д.

20.1. Типологические особенности и учебная успеваемость

Проведение исследований такого рода должно подразумевать наличие трех закономерностей:

- тесной связи успеваемости с так называемыми *общими* способностями (интеллектом как интегральным их выражением), проявляемыми во всех видах учебной деятельности;

- наличия *общих* свойств нервной системы, а не анализаторных, парциальных;
- связи интеллекта с общими свойствами нервной системы.

Однако ни по одному из этих положений нельзя утверждать, что все вопросы здесь сняты.

Так, нет однозначных результатов в сопоставлении интеллекта с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. В лаборатории Б. Г. Ананьева удалось обнаружить слабую связь между интеллектом (по тесту Векслера) и активированностью: интеллект выше у лиц со слабой нервной системой (Б. Одерышев; И. М. Палей; М. Д. Дворяшина; В. Д. Балин). М. Д. Дворяшина и Н. С. Копеина (1975) показали также, что общий интеллект выше у лиц с высокой лабильностью.

Вместе с тем в лаборатории В. С. Мерлина либо вовсе не выявлено достоверных связей силы нервной системы с уровнем умственного развития по Векслеру (Э. М. Маствилискер), либо они не были достоверными (Л. А. Вяткина, 1970). Правда, Э. В. Штиммер (1975) отмечает, что среди лиц со слабой нервной системой более высокий вербальный интеллект (по тексту «Словарь») встречался чаще, чем у тех, у кого она была сильная.

В этой же лаборатории было обнаружено отсутствие корреляции общей школьной успеваемости и успеваемости по литературе с силой нервной системы (А. К. Байметов, 1967); М. С. Жамкочьян, 1978; Л. П. Калининский, 1971; А. И. Клименко, 1967; Н. С. Уткина, 1968). В. С. Мерлин объясняет отсутствие такой связи тем, что учащиеся с разными типологическими особенностями приспосабливаются к деятельности благодаря формированию стиля деятельности (об этом будет сказано несколько ниже). Но дело не только в этом. Главная причина отсутствия искомой корреляции может состоять в отрицательной мотивации учащихся к учению.

Еще одним фактором, мешающим выяснению истины, оказывается психологическая устойчивость учащихся к возникающим в процессе учения экстремальным ситуациям (опрос, экзамены и т. п.), на что указано выше. Лица со слабой нервной системой менее устойчивы к психическому напряжению и поэтому могут показывать худшие результаты при опросе, написании контрольных, сдаче экзаменов. Вместе с тем они более тревожны, а последняя особенность приводит к большей ответственности за дела. Соответственно именно потому у «слабых» успеваемость бывает выше (что и подтверждается в какой-то степени лучшей успеваемостью девочек, у которых тревожность значительнее, чем у мальчиков). Кстати, недостатком большинства работ, в которых делаются попытки установить соотношение успеваемости с типологическими особенностями, становится отсутствие раздельного для мальчиков и девочек анализа получаемых данных.

В ряде исследований (М. Д. Дворяшина и Н. С. Копеина, 1975; В. Г. Зархин, 1977; С. И. Молдавская, 1975) была выявлена связь успеваемости с типологическими особенностями свойств нервной системы: лучше успевали учащиеся школы, курсанты и студенты, имевшие высокую лабильность нервной системы. Н. Е. Малков (1973) установил, что у школьников, которые учились плохо, чаще всего встречается слабая нервная система, сочетающаяся с суженностью у них объема внимания, с меньшим объемом кратковременной памяти и большей утомляемостью.

Я. Стреляу (1982) приводит данные польского психолога Т. Левовицкого, обследовавшего 1500 учащихся и показавшего, что их успеваемость определяется в значительной степени сильной и подвижной нервной системой.

К сожалению, во многих случаях типологические особенности нервной системы выявлялись с помощью опросников, которые не могут служить надежным средством для диагностики особенностей протекания нервных процессов. Поэтому особенный интерес представляют те результаты, когда типологические особенности нервной системы определялись с помощью физиологических методов (ЭЭГ-методики, двигательных экспресс-методик).

В лаборатории Э. А. Голубевой (1993) удалось показать, что успеваемость как по гуманитарному, так и по естественно-научному циклам дисциплин соотносится со свойствами силы, лабильности и активированности (принимаемой за баланс нервных процессов). Лучшие баллы имели лица со слабой нервной системой, высокой лабильностью и высокой активированностью (преобладанием возбуждения).

По данным А. М. Пинчукова (1976), высокая успеваемость была у школьников как с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу, так и с преобладанием торможения по такому же балансу.

Это можно объяснить тем, что первая характеристика связана с высокой активностью, а вторая — с усидчивостью.

Наконец, согласно Н. А. Курдюковой (1997), более высокая среднегодовая успеваемость оказалась у лиц со слабой нервной системой и преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу.

Таким образом, множество исследований показывает, что успеваемость определенным образом связана с высокой лабильностью нервной системы. Относительно остальных же свойств картина пока неясна. Впрочем, это не случайно, поскольку слишком много факторов способны повлиять на получение учащимися отметок. Даже если типологические особенности и отражаются на уровне развития интеллекта, надеяться на прямую зависимость успеваемости от него не приходится.

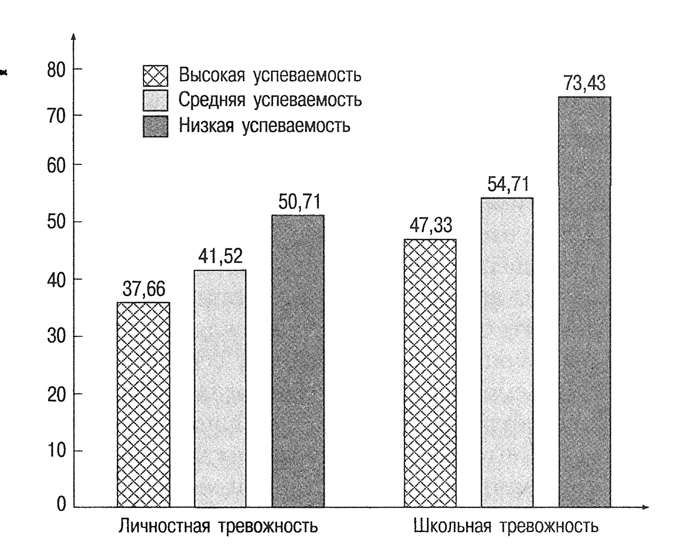
Вместе с тем именно в профессиональном образовании обнаруживаются наиболее устойчивые связи успешности обучения с типологическими особенностями свойств нервной системы (С. И. Молдавская, Е. И. Мазек, И. М. Куцевич, В. А. Трошихин с соавторами и др.), что можно объяснить положительной мотивацией получения профессии. С последней связано, как показано в лаборатории В. С. Мерлина, и формирование у учащихся стиля учебной деятельности.

Исследователи установили существование соотношения между успехами в учебе и *типами*, а также и *свойствами темперамента*.

По данным А. Т. Губко (1982), школьная успеваемость выше всего у сангвиников (4,25 балла), меньше — у холериков (3,90 балла), еще меньше — у флегматиков (3, 82 балла) и самая низкая — у меланхоликов (3,52 балла). Однако при выполнении различных интеллектуальных заданий такая тенденция наблюдалась не всегда. Например, при игре «15» (расположение фишек с цифрами по порядку, с использованием одной пустой клетки) меланхолики не уступали сангвиникам, а лучший результат был у холериков. При задачах на размышление флегматики практически не отличались от сангвиников, а меланхолики — от холериков. При выполнении теста Равена (60 интеллектуальных задач возрастающей трудности)

Рис. 20.1

Различия между группами с высокой, средней и низкой успеваемостью по уровню тревожности (данные Т. С. Турбиной, 2002)



и теста Антли «Домино» (48 умственных заданий) меланхолики тоже лишь ненамного отстали от холериков при явном преимуществе над флегматиками.

Выше уже говорилось, что нейротизм, приводя к тревоге и ответственности, может способствовать успеваемости. Однако очень высокий нейротизм отрицательно влияет на успеваемость (De Raad, Schouwenburg, 1996; Н. А. Курдюкова, 1997; Т. С. Турбина, 2002; рис. 20.1). Учащиеся с высоким уровнем нейротизма, как правило, получают диплом только после нескольких попыток сдачи выпускного экзамена (Де Фрюи и Мервильд [De Fruyt, Mervielde, 1996]).

Д. Чайлд (D. Child, 1989) отмечает также, что у интровертов лучше способность к усвоению и запоминанию нового материала, поэтому выше и вероятность успешной учебы. Этот вывод подтверждают также результаты, полученные Галлахером (Gallagher, 1996), который показал, что нейротичные и эмоционально стабильные интроверты учились, как правило, лучше экстравертов. Однако в действительности отношения между успеваемостью и экстраверсией — интроверсией более сложные.

Установлено, в частности, что интроверсия связана с учебной успеваемостью только у учащихся колледжей и университетов. В начальной школе хорошая успеваемость соотносится с экстраверсией (N. Entwistle, 1972). Об этом же свидетельствуют и данные, выявленные Г. Айзенком (1973). Он сравнил успешность обучения экстравертов и интровертов в начальной и высшей школе. Оказалось, что первые имеют преимущество в начальном звене, где обучение носит в основном наглядный характер, и теряют это свое превосходство в высшей школе, где акцент делается на вербальную подачу материала. Соответственно есть основание полагать, что экстраверты больше «художники», с преобладанием первой сигнальной системы, а интроверты — «мыслители», у которых доминирует вторая сигнальная система.

Фернхем (Furnham, 1992), а также Джексон и Лоти-Джонс (C. Jackson, M. Lawty-Jones, 1996) выявили, что хорошо учатся те экстраверты, которые относятся к «активистам» и «прагматикам», но не к «рефлексирующим».

Кроме того, интроверсия — хороший прогностический показатель успешности обучения только для «точных», но не для социальных наук (Д. Го и К. Мур [D. Goh, C. Moore, 1978]). Сходные закономерности выявлены и болгарским психологом И. Паспалановым (I. Paspalanov, 1984). Наконец, Ф. Клайн и А. Гейл (P. Klaine, A. Gale, 1971), проведя лонгитюдное исследование, обнаружили очень мало значимых связей между экстраверсией и академической успеваемостью. Очевидно, отсутствие во многих случаях искомых корреляций обусловлено тем, что экстраверты достигают хорошей успеваемости благодаря выбору оптимальной формы копинг-поведения. Установлено, например, что хорошо успевающие экстраверты более общительны, делятся своими проблемами с другими людьми, т. е. ищут социальную поддержку (Gallagher, 1996).

Успеваемость связана и со многими *личностными особенностями*. Б. Де Раад и Г. Шаувенбург (B. De Raad, H. Schouwenburg, 1996) приводят данные, свидетельствующие, что агрессивные и отчужденные дети, как правило, получают более низкие отметки, чем неагрессивные и более общительные. Однако где здесь причина, а где — следствие, сказать трудно.

Успеваемость, согласно Н. А. Курдюковой (1997), отрицательно связана с доминантностью старшеклассников, слабостью «Сверх-Я» (следовательно, положительно с высокой нормативностью поведения, самоконтролем, ответственностью) и положительно — с фрустрированностью.

Т. С. Герасименко (2002) получены данные, согласно которым стремление к успеху более выражено у отличников и хорошо успевающих школьников по сравнению с теми, чья успеваемость средняя или плохая (различия статистически достоверные), а стремление избежать неудачи несколько более выражено именно у средне и плохо успевающих по сравнению с отличниками и «хорошистами» (правда, различия не обладают достоверностью). У успешных учеников 7–8-х классов ярче выражена ориентация на знания, а у неуспешных — на отметку (это подтверждает и исследование Т. С. Турбиной (2002), объектом которого стали младшие школьники). У успешных учащихся по сравнению с неуспешными выше самооценка упорства и настойчивости, а также интернальности и прагматизма (различия во всех случаях высокодостоверные).

Как показала Н. А. Герасимова (2000), наиболее высокая успеваемость наблюдается у школьников со средней выраженностью мотива достижения, а не с высо-

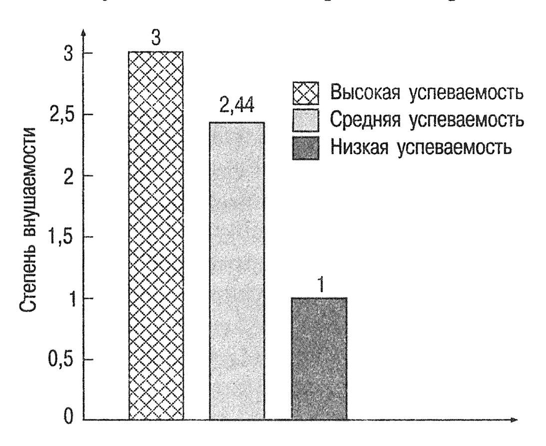


Рис. 20.2

Различия между группами учащихся с высокой, средней и низкой успеваемостью по степени внушаемости

ким его уровнем, т. е. между успеваемостью и мотивом достижения имеется инвертированная (криволинейная) зависимость.

Т. С. Турбиной (2002) установлено. что у хорошо успевающих младших школьников внушаемость выше, чем у тех, чья успеваемость средняя и тем более — плохая (рис. 20.2).

20.2. Типологические особенности и успешность выполнения различных умственных действий

В процессе учебы школьники выполняют самые разнообразные умственные действия, которые, очевидно, предъявляют к ним столь же различающиеся требования. Поэтому трудно ожидать однозначности связи типологических особенностей с подобными действиями. Об этом свидетельствуют и данные, полученные во многих исследованиях, к анализу которых следует подходить с учетом двух критериев успешности учебной деятельности: быстроты и точности выполнения заданий. Очевидно, успешность выполнения учебных заданий по этим критериям будет по-разному соотноситься с типологическими особенностями свойств нервной системы.

Г. С. Никифоров и его соавторы (1987) показали, что более успешными в тренажерной подготовке оказались выпускники летных училищ с подвижной нервной системой, экстраверсией и низкой тревожностью.

Лицам с инертностью нервных процессов присуще более медленное усвоение информации, при обучении они чаще требуют повторить инструктаж. Однако, проигрывая в быстроте, инертные, как продемонстрировано в ряде работ, могут работать точнее, выполнять задание тщательнее (М. Р. Щукин, 1963).

В. А. Суздалева (1975) пришла к выводу, что быстрота ассоциативных и мыслительных процессов связана с лабильностью и подвижностью нервной системы (требовалось читать только те слова, которые имеют смысл; называть предметы; подбирать слова противоположного значения; подбирать названия детенышей животных). Это подтверждает и С. А. Изюмова (1988), которая обнаружила, что смысловая переработка информации лучше осуществляется лицами с высокой лабильностью, слабой нервной системой и преобладанием второй сигнальной системы по И. П. Павлову. Лица со слабой нервной системой воспроизводят больше смысловых единиц текста и их связей, т. е. более полно вникают в смысл текста.

Согласно М. К. Акимовой (1975), такие люди лучше справляются и с решением логических задач.

Однако и противоположные типологические особенности дают преимущество в выполнении ряда умственных действий. Запечатление информации эффективнее у лиц с сильной нервной системой, инертностью нервных процессов и преобладанием первой сигнальной системы (С. А. Изюмова, 1988). Быстрота решения невербальных умственных задач также больше у лиц с сильной нервной системой (М. В. Бодунов, 1975). У них же, как показали А. И. Крупнов и др. (1975), лучше пространственное прогнозирование (умение предвидеть заданное расположение точек при поиске на бумаге различных фигур). Лица с сильной нервной системой делали меньшее количество касаний и проб, затраченных на поиск треугольника.

Е. П. Гусевой и И. А. Левочкиной (1988) установлено, что среди одаренных учащихся-математиков более высокие интеллектуальные показатели имеют лица с сильной нервной системой. Авторы объясняют это спокойствием, флегматичностью, рациональностью и реалистичностью этих лиц.

Очевидно, учащиеся со слабой нервной системой, которая чаще всего сопровождается и высоким нейротизмом, в жестких условиях обучения (ограничения во времени при решении задач и т. п.) проигрывают лицам с сильной нервной системой. Например, М. А. Акимова (1975) обнаружила, что при лимитировании времени умственные задания выполняют лучше именно вторые. По данным А. А. Болбочану (1982), дети 9 — 10 лет со слабой нервной системой могут удерживать внимание менее продолжительное время, чем их ровесники, чья нервная система сильная: первые могли сосчитать, не отвлекаясь, чуть меньше половины заданных столбиков, а вторые — свыше 70%.

То, как влияет ограниченность времени выполнения контрольных заданий на учащихся с различными типологическими особенностями проявления свойств нервной системы, изучал В. Г. Зархин (1975). Автор определил, что учащиеся с высокой лабильностью нервной системы тратят меньше времени на выполнение заданий, но в то же время их успешность достоверно не отличается от показанной учащимися с инертностью нервной системы, если время решения задач не лимитируется. В более же раннем исследовании, где на выполнение задач всем был отведен равный промежуток времени, лабильные добивались большего успеха, чем инертные. Исследователь справедливо поставил вопрос о необходимости создания для всех учащихся равных условий контроля знаний и умений, а это возможно только при учете типологических особенностей учеников.

По-своему влияют на успешность учебной деятельности состояния, возникающие у обучающихся на уроках. Одно из них — состояние монотонии, возникающее как следствие однообразной работы и связанное с появлением скуки, ослаблением внимания и активности. Так, В. И. Рождественская (1980) отмечает, что по общему уровню успешности интеллектуально-сенсорной монотонной деятельности (подсчитыванию количества заданных букв в таблице Анфимова) лица, обладающие слабой нервной системой, опережают тех, у кого она сильная (последние допускают больше ошибок). Однако, как показали В. И. Рождественская и И. А. Левочкина, 1972), при отсутствии монотонности такие различия не проявляются.

Эти данные в какой-то мере объясняют тот факт, что при решении простых задач лица со слабой нервной системой показывают лучшие результаты.

Зависимость успешности умственной деятельности от ситуации, связанной с уровнем нервно-эмоционального напряжения учащихся, изучена А. В. Кучменко (1975). Автор выявил, что ситуации, не вызывающие сильного напряжения, повышают продуктивность внимания у лиц со слабой нервной системой, в результате чего типологические различия по успешности между «сильными» и «слабыми» нивелируются. При большом напряжении у лиц с сильной нервной системой продуктивность внимания повышается, а у лиц со слабой нервной системой снижается. Ситуация угрозы вызывает увеличение ошибок у тех и других, но в большей степени — у вторых.

Если у учащихся обнаруживался интерес к заданию, различия в продуктивности внимания между лицами с разной силой нервной системы исчезали.

М. В. Ласко (1975) отмечает, что различия в проявлении интеллектуальных функций, зависящие от силы нервной системы, обнаруживаются в основном при сильной мотивации. Тогда перцептивные (тест на внимание) и мнемические (кодировка) функции очевиднее у лиц со слабой нервной системой, а конструктивные задачи (с кубиками Коса) лучше решаются людьми с сильной нервной системой.

Таким образом, обусловленность успешности учебной деятельности типологическими особенностями происходит двояко: через влияние на умственные способности (в качестве задатков) и через влияние на возникновение тех или иных психических состояний при существующих методиках обучения, при тех или иных воздействиях учителя на учащихся.

М. К. Акимова и В. Т. Козлова (1988) выделили ситуации, при которых возникают трудности у учащихся со слабой и инертной нервной системой (те же ученики, которые обладают сильной и лабильной нервной системой, в таких ситуациях имеют преимущество).

Для учащихся *со слабой нервной системой* эти ситуации таковы.

1. Длительная напряженная работа (как на уроке, так и дома); учащиеся быстро устают, начинают допускать ошибки, медленнее усваивают материал.
2. Ответственная, требующая нервно-психического напряжения, самостоятельная, контрольная или экзаменационная работа, в особенности при ограниченном времени.
3. Ситуация, когда учитель в высоком темпе задает вопросы и требует на них немедленного ответа.
4. Работа в условиях, когда учитель задает неожиданный вопрос и требует на него устного ответа; для этих учащихся более благоприятна ситуация письменного ответа, а не устного.
5. Работа после неудачного ответа, оцененного отрицательно.
6. Работа в ситуации, требующей отвлечения (на реплики учителя, вопрос другого учащегося):
   1) работа в ситуации, требующей распределения внимания или его переключения с одного вида деятельности на другой (например, когда учитель во время объяснения одновременно ведет опрос учащихся по прошлым темам, привлекает разнообразный дидактический материал — карты, слайды, учебник; заставляет делать записи в тетради, отмечать на карте, следить по учебнику и т. д.);
   2) работа в шумной, неспокойной обстановке;
   3) работа после резкого замечания, сделанного учителем, после ссоры с товарищем и т. д.;
   4) обучение у вспыльчивого, несдержанного педагога;
   5) ситуация, когда на уроке требуется усвоить большой по объему и разнообразный по содержанию материал.

Для учащихся *с инертностью нервной системы* авторы выделили такие ситуации.

1. Учитель предлагает классу задания, разнообразные по содержанию и по способам решения.

2. Учитель подает материал в достаточно высоком темпе, причем неясна последовательность вопросов, обращенных к классу.
3. Время работы ограничено, и невыполнение ее в срок грозит плохой отметкой.
4. Нужно часто отвлекаться (на реплики учителя и т. д.).
5. Учитель задает неожиданный вопрос и требует быстрого ответа.
6. Необходимо быстрое переключение внимания с одного вида работы на другой.
7. Оценивается успешность освоения материала на первых этапах его заучивания.
8. Надо выполнять задания на сообразительность при высоком темпе работы.

Следует отметить, что существующая система проведения уроков и опроса учащихся в основном ориентирована на лиц с сильной и лабильной нервной системой. Объяснить это можно, с одной стороны, обилием учебного материала, вследствие чего учитель вынужден все время «гнать» программу, а с другой стороны — тем, что педагог, в силу своей профессиональной подготовленности, сам становится как бы «сильным» и «лабильным», даже если таковым в действительности и не является. Отсюда он может подсознательно задавать высокий темп работы. Поэтому все обучение в школе — это своеобразное соревнование на время выполнения учебных заданий.

20.3. Приемы и методы обучения и воспитания и типологические особенности

Приведенные выше факты с очевидностью показывают необходимость для учителей учиывать типологические особенности их подопечных, чтобы добиться максимального эффекта от обучения и воспитания. Зная такие особенности, педагог может использовать приемы, облегчающие учебную деятельность конкретных учеников.

Так, известно, что экстраверты лучше годятся для учебной деятельности семинарского типа (M. Rothstein et al., 1994). Они на таких занятиях более активны. В то же время при письменных работах (написание сочинения) их успехи менее заметны (A. Furnham, S. Medhurst, 1995). Плохо справляются с устными заданиями не только интроверты, но и имеющие высокий уровень тревожности и психотизма. Впрочем, последние с трудом выражают свои мысли и письменно.

Как отмечают М. К. Акимова и В. Т. Козлова (1988), для учащихся *со слабой нервной системой* полезными могут быть следующие правила, соблюдаемые учителем.

1. Не задавать слабому неожиданные вопросы и не требовать быстрого ответа на них; нужно дать ученику достаточно времени на обдумывание и подготовку.
2. Желательно предлагать предъявить ответ в письменной, а не устной форме.
3. Нельзя давать для усвоения в ограниченный промежуток времени большой, разнообразный, сложный материал; нужно постараться разбить его на части и предлагать их постепенно, по мере усвоения.

4. Лучше всего не спрашивать новый, только что изложенный на уроке материал; следует отложить опрос на следующий урок, дав возможность ученику позаниматься дома.
5. Благодаря построению правильной тактики опросов и поощрения (не только с помощью отметок, но и замечаний вроде таких, как «отлично», «умница», «молодец» и пр.) нужно формировать у учащегося уверенность в своих силах и знаниях.
6. Следует осторожно оценивать неудачи ученика, ведь он и сам относится к ним очень болезненно.
7. Во время письменного опроса нужно дать время для проверки и исправления написанного.
8. Необходимо реже отвлекать и переключать внимание учащегося; нужно создавать спокойную, а не нервозную обстановку.

В то же время учителю следует учитывать и то, что любят делать учащиеся со слабой нервной системой, что им дается легче.

1. Они относительно хорошо справляются с заданиями монотонного характера (когда требуется решить большое количество задач одного типа на уроке математики или выполнить несколько сходных упражнений по русскому языку).
2. Им легче действовать по шаблону, по схеме.
3. Любят работать обстоятельно, шаг за шагом выполняя задание, поэтому для них благоприятны ситуации, требующие последовательной, планомерной работы; они не отвлекаются, не перескакивают от одного действия к другому, не забегают вперед, а выполняют их в строгой последовательности.
4. Склонны планировать предстоящую деятельность, любят составлять планы в письменной форме; поэтому они успешнее в тех видах деятельности, которые требуют предварительной и тщательной подготовки; за счет этого они могут самостоятельно постигать более глубокие связи и отношения внутри учебного материала, они глубже и обстоятельнее усваивают темы и поэтому имеют преимущество в ситуациях, где требуется понимание и знание предмета, превышающие объем школьной программы.
5. Склонны к систематизации знаний, что также обеспечивает им большую глубину усвоения учебного материала.
6. Предпочитают при ответе и при усвоении материала задействовать внешнюю опору, поэтому разнообразные виды наглядного изображения — графики, схемы, рисунки, диаграммы, таблицы — облегчают им учебную деятельность; они имеют преимущество, когда учитель требует наглядного изображения, например, условий задачи.
7. Склонны тщательно контролировать выполнение учебных заданий и проверять полученные результаты; если им позволяют это делать, они допускают меньше ошибок, чем ученики с сильной нервной системой.

Относительно учащихся с *инертностью нервных процессов*, как отмечают М. К. Акимова и В. Т. Козлова (1988), учителю лучше выполнить следующее.

1. Не требовать от них немедленного включения в работу, так как их активность на уроке возрастает постепенно.

2. Не стараться делать задания как можно более разнообразными, поскольку некоторые ученики в таких условиях вообще отказываются работать.
3. Не требовать от учащегося немедленно изменить неудачные формулировки; тому необходимо время на обдумывание нового ответа.
4. Не настаивать на импровизации ученика: он предпочитает следовать в ответах общепринятым стандартам.
5. Не проводить опрос этих учащихся в начале урока.
6. Избегать ситуаций, когда требуется быстрый устный ответ на неожиданный вопрос.
7. В момент выполнения заданий не отвлекать и не переключать внимание такого ученика на что-либо другое.
8. Не заставлять учащегося излагать новый, только что изученный материал; опрос следует отложить до следующего урока.

При этом учителю нужно иметь в виду, что ученики, отличающиеся инертностью нервных процессов:

1) могут работать долго, не отвлекаясь на реплики учителя или на своего одноклассника, отвечающего у доски;
2) успешно выполняют монотонные виды работ в течение длительного времени;
3) полностью выслушивают объяснения учителя и только после этого начинают выполнять задание;
4) склонны к самостоятельному выполнению заданий;
5) активны в работе по пройденному материалу, поскольку у них лучше развита долговременная, чем кратковременная память;
6) легче выполняют самостоятельную, чем фронтальную работу.

Авторы не приводят в своей работе такого же анализа учебной деятельности учащихся с сильной и подвижной нервной системой, поэтому может сложиться впечатление, что трудности в обучении возникают только у лиц со слабой и инертной нервной системой. Во многом это действительно так, потому что такова сложившаяся традиция школьного обучения, проповедующая принцип «быстро, еще быстрее». Следует, однако, иметь в виду, что и у учащихся с сильной и подвижной нервной системой в определенных ситуациях отмечаются известные затруднения.

Чтобы учесть и их, учителю надо помнить: недостатки лиц со слабой и инертной нервной системой — это, наоборот, достоинства людей, у которых нервная система сильная и подвижная. А вот достоинства учащихся со слабой и инертной нервной системой — недостатки учеников с сильной и подвижной нервной системой. Поэтому все сказанное выше о «слабых» и «инертных» следует отнести и к «сильным» и «подвижным», но с обратным знаком.

В заключение приведем фрагмент из работы А. К. Байметова (1967), показывающий важность соблюдения учителем указанных выше правил:

По нашим наблюдениям, возможностью заранее подготовиться к ответу обычно пользовались «слабые», и в результате их ответы отличались обстоятельностью и продуманностью. Когда же этой возможности «слабым» не давали, в их ответах наблюдались

некоторая путаность и сбивчивость изложения, хотя материал они знали достаточно хорошо. Важно отметить и другую сторону учета индивидуальных особенностей учащихся: подобный подход устраняет напряженность, нервозность в занятиях учащихся, особенно свойственные «слабым», и помогает избежать возможных конфликтов в отношении ученика к учебе и к учителям (с. 135).

Роль темперамента в формировании личности заключается прежде всего в том, что он определенным образом модифицирует воспитательные воздействия окружающей среды.

Один и тот же воспитательный прием (скажем, какое-то наказание) для тех детей, физиологический механизм которых усиливает стимуляцию, может стать исключительно сильным стимулом, приводящим к глубоким изменениям поведения. Тогда как для ребенка, у которого этот механизм подавляет стимуляцию, он может быть слабым стимулом, не оказывающим на поведение такого сильного влияния, как в первом случае. Поэтому одно и то же наказание на самом деле выступает как совершенно разные наказания, если даже предположить, что дети не отличаются друг от друга ничем, кроме темперамента (Я. Стреляу, с. 124, 125).

Учет типологических особенностей важен и при воспитании детей, в частности при использовании поощрения и наказания. Даже в тех случаях, когда воспитательные воздействия одинаковы для детей с разными типологическими особенностями, их реакция на эти воздействия и поведение будут различными. Кроме того, учет типологических особенностей позволяет найти индивидуальный подход к детям в процессе их воспитания. Так, ребенка со слабой нервной системой, неуверенного в своих возможностях следует чаще поощрять, даже если его успех не очень значителен, и не осуждать в случае неудачи. Ребенка же с сильной нервной системой и завышенным уровнем притязаний можно в случае неуспеха и поругать, если для выполнения задания он не приложил достаточных усилий.

ГЛАВА 21

Методология изучения связи эффективности деятельности с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы и темперамента

В заключение остановимся на методологических вопросах изучения связи свойств нервной системы и темперамента с достижениями человека в деятельности и особенностями его поведения. Немалый опыт изучения того, как эти свойства проявляются в трудовой, спортивной и учебной деятельности, позволяет постулировать следующие методологические принципы:

- не делить типологические особенности на «хорошие» и «плохие»;
- изучать не типы темперамента, а типологические комплексы;
- не искать везде обусловленность (особенно прямую) эффективности деятельности и не увязывать особенность поведения человека со свойствами его нервной системы (по крайней мере, не всеми сразу);
- использовать системный подход при оценке влияния типологических особенностей на выбор вида деятельности и ее эффективность.

21.1. Отказ разделять типологические особенности проявления свойств нервной системы на «хорошие» и «плохие»

И. П. Павлов, рассматривая роль типологических особенностей в приспособлении животных и человека к окружающей среде, пришел к выводу, что одни из них обладают в этом отношении положительным значением, а другие — отрицательным. Поводом для такого вывода послужило наблюдение над собаками, оказавшимися во время наводнения под затоплением. У собак с сильной нервной системой после этого стресса выработанные ранее условные рефлексы сохранились, а у тех, кто имел слабую нервную систему, — нарушились, причем у многих из них возникли неврозы. Тогда И. П. Павлов решил, что бессилие раздражительного процесса делает слабый тип в основном более или менее инвалидным жизненным типом. Ученый писал:

> Мы должны признать тип слабых животных, характеризующихся явной слабостью как раздражительного, так и тормозного процессов, никогда вполне не приспособляющихся к жизни и легко ломающихся, делающихся скоро и часто больными, невротиками, под влиянием трудных жизненных положений или, что то же, при наших трудных нервных задачах. А что всего важнее: этот тип, как правило, не может быть улучшен в очень значительной степени воспитанием, дисциплинированием, и делается годным только при некоторых особенно благоприятных, нарочных условиях или, как мы обычно выражаемся, в оранжерейной обстановке (1951а, с. 429).

Для слабого типа, как считал И. П. Павлов, «прямо невыносима как индивидуальная, так и социальная жизнь с ее наиболее резкими кризисами».

Эта точка зрения была некритически заимствована многими педагогами, физиологами, психологами, спортивными специалистами. К «хорошим» типологическим особенностям стали относить вслед за И. П. Павловым силу, подвижность и уравновешенность нервной системы, к «плохим» — ее слабость, инертность и неуравновешенность. Поэтому в учебниках и руководствах по педагогике, физиологии и психологии еще и сейчас можно встретить утверждение, будто наивысших успехов в учебе и в выступлениях на соревнованиях добиваются люди с сильной, подвижной и уравновешенной нервной системой.

Между тем научные факты, полученные и физиологами, и клиницистами, и психофизиологами опровергают правомерность такого оценочного подхода к выяснению роли типологических особенностей для жизни и деятельности человека. Многие заболевания чаще возникают у лиц не со слабой, а именно с сильной нервной системой (А. М. Монаенков, 1970). В лаборатории Б. М. Теплова было показано, что слабая нервная система имеет не только отрицательную сторону (неустойчивость к стрессу), но и сильную — высокую чувствительность, а инертность нервных процессов, хотя и не обеспечивает быстрое переключение с одной ситуации на другую, способствует установлению прочных условнорефлекторных связей.

В более поздних работах было выявлено, что слабая нервная система содействует большей устойчивости к состоянию монотонии и проявлению скоростных качеств. Одновременно сильная нервная система имеет ряд отрицательных сторон: слабую устойчивость к монотонии, медленное реагирование на сигналы.

Найдены положительные проявления и у инертности нервных процессов: это — лучшая произвольная память, большая монотоноустойчивость, более заметная терпеливость к испытываемым затруднениям.

Наконец, преобладание возбуждения или торможения (по сравнению с уравновешенностью) также бывает позитивным: первое способствует проявлению решительности, смелости, быстроте реагирования, а во втором случае отмечает незначительность тремора, хорошее расслабление мышц, устойчивость к состоянию монотонии.

Вместе с тем у «положительных», с точки зрения И. П. Павлова, типологических особенностей есть отрицательные проявления («сильные» неустойчивы к состояниям монотонии и нечувствительны, «подвижные» — нетерпеливы и т. д.). То же можно сказать и о типах темперамента. У каждого из таковых существуют сильные и слабые стороны. Холерик активен, но вспыльчив; сангвиник весел, оживлен, отзывчив, но нередко легкомыслен, несобран; флегматик спокоен, но зато может быть вялым, безучастным; меланхолик способен глубоко переживать, но часто замыкается, избегает людей.

Поэтому справедливо мнение Б. М. Теплова, согласно которому типологические особенности определяют не столько *степень приспособления* человека к внешней среде, сколько *различные формы уравновешивания* организма и внешней среды. Особенно ярко это проявляется в формировании стиля деятельности.

Выдвинутый Б. М. Тепловым конструктивный подход вместо «оценочного», предложенного И. П. Павловым, в большей мере объясняет наблюдаемые особенности поведения и деятельности людей.

Как отмечал В. Д. Небылицын, с помощью концепции Б. М. Теплова удается лучше понять сохранение в процессе эволюции особей с «плохими» типологическими особенностями, т. е. слабых, инертных и неуравновешенных. Добавлю, что можно объяснить и то, почему спортсмены с «плохой» типологией становятся олимпийскими чемпионами и рекордсменами мира. Конструктивный подход также создает предпосылки для решения вопросов социального характера, поскольку «решительно отвергает мнение о невозможности высоких социальных и творческих достижений у лиц с “отрицательными” проявлениями свойств нервной системы» (В. Д. Небылицын, 1966, с. 14).

Исходя из того, что каждая типологическая особенность может выступать в двух качествах — положительном и отрицательном (это связано с тем, в какой ситуации оказывается человек), Б. М. Теплов указал на равноценность типологических особенностей. Например, человек может успешно приспособиться к определенной ситуации как при слабой нервной системе (за счет высокой чувствительности), так и при сильной (благодаря выносливости нервной системы). По мнению ученого, положительные и отрицательные проявления типологических особенностей взаимно компенсируют друг друга.

Со справедливостью такого утверждения Б. М. Теплова следует согласиться, если учитывать компенсации в социальной сфере. Высоких социальных достижений могут добиться люди с различными типологическими особенностями. Но это не значит, будто человек достигнет многого *в любом виде деятельности и в любых условиях* — независимо от того, какие типологические особенности у него имеются. Равноценность и компенсируемость таковых надо понимать в том смысле, что нет вообще неспособных людей, просто разнятся сами способности, и потому успеха различные люди добьются в тех видах деятельности, для занятий какими у них существуют наилучшие способности.

Это касается и типологических особенностей — задатков способностей. Равно хороших для всех видов деятельности их быть не может. Они годятся только для какого-либо определенного ее вида, той или иной ситуации, в которых и выступают психофизиологической основой эффективной деятельности. Поэтому успехов в спринте чаще добиваются спортсмены с одним, а на длинных дистанциях — с другим типологическим комплексом. Следует также учитывать, что во многих видах деятельности к человеку предъявляются требования, связанные с проявлением различных и даже противоположных способностей. В этом случае прогноз эффективности деятельности с учетом типологических особенностей особенно затруднителен. Например, имеются многоборные виды спорта, включающие различные спортивные упражнения, как, например, биатлон (стрельба и лыжные гонки), лыжное двоеборье (прыжки на лыжах с трамплина и лыжные гонки) и т. п. Г. Б. Суворов (2002) выявил, что успешности в гонке благоприятствуют сильная нервная система, подвижность возбуждения и преобладание возбужде-

ния по «внешнему» и «внутреннему» балансу. В то же время успешности прыжков на лыжах с трамплина благоприятствуют противоположные типологические особенности: инертность процессов возбуждения и торможения, а также преобладание торможения по «внутреннему» балансу. Вследствие этого одни лыжные двоеборцы имеют преимущество в лыжных гонках, а другие — в прыжках на лыжах с трамплина.

21.2. Необходимость выявления типологических комплексов

Несомненная заслуга И. П. Павлова состоит в том, что он, по словам В. Д. Небылицына, сумел «уловить в хаосе индивидуальных вариаций поведения и рефлекторного реагирования... влияние немногих определяющих факторов, а затем и выделить эти факторы как основные детерминанты поведенческой индивидуальности и как объекты экспериментального изучения» (1971, с. 237). Но не только выделение свойств нервной системы стало важным шагом в создании теории индивидуальных и типических различий. Не меньшее значение, на мой взгляд, имеет и разработка И. П. Павловым метода оценки индивидуальности по *сочетанию* типологических особенностей проявления свойств нервной системы.

Дело в том, что пока изучается какое-либо одно свойство и его проявления, существующая ориентация исследователей на выявление особенностей связи поведения и эффективности деятельности человека только с ним (чаще всего — силой нервной системы) оправданна и необходима. Но поскольку психологические проявления обусловлены по большей части не одним свойством нервной системы, а многими, необходимо выявлять комплексы типологических особенностей их проявления, определяющие большую или меньшую выраженность того или иного психологического феномена. Это наглядно было показано в наших исследованиях.

Зависимость какого-либо психологического феномена *от комплекса типологических особенностей* выявлялась неоднократно. Выделены, например, типоло-

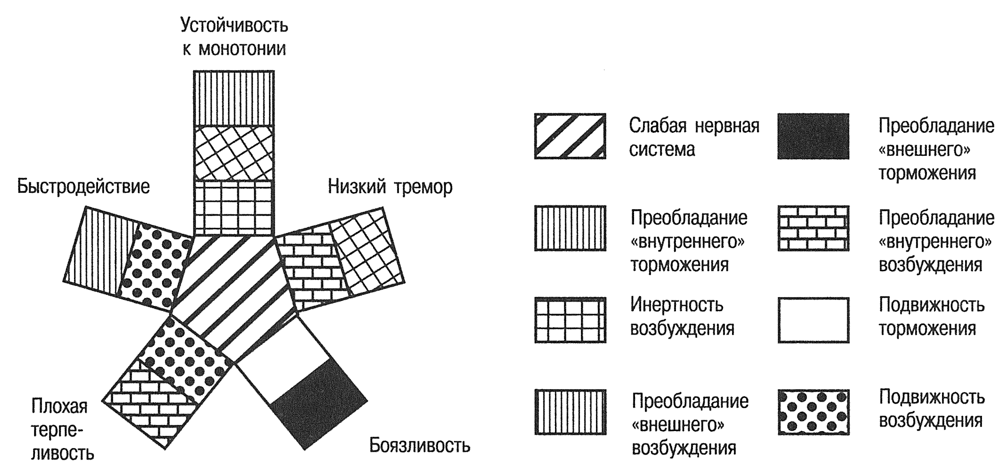


Рис. 21.1. Схема, показывающая полифункциональность типологических особенностей проявления свойств нервной системы

гические комплексы терпеливости (М. Н. Ильина, 1972), смелости (Н. Д. Скрябин, 1972), решительности (И. П. Петяйкин, 1975), монотоноустойчивости (Н. П. Фетискин, 1972). В данных комплексах каждая из типологических особенностей — это своеобразный кирпичик, от сочетания которых получается целый фасад здания, придающих тому определенное лицо. В качестве примера приведу схему, центральным звеном в которой выступает слабая нервная система (см. рис. 21.1).

Сочетаясь с другими типологическими особенностями, слабая нервная система каждый раз выступает в новом качестве — то личностно положительном, то личностно отрицательном. Если она входит в типологические комплексы, способствующие проявлению быстроты и устойчивости к состоянию монотонии, то выступает как положительная особенность; если же входит в типологический комплекс боязливости, приобретает отрицательную характеристику.

Можно построить и другие схемы, подобные этой, например такие, где центральным звеном будет инертность возбуждения, поскольку эта типологическая особенность входит в комплексы терпеливости, устойчивости к монотонии (как положительное свойство) и в комплексы нерешительности, слабой переключаемости с одной ситуации на другую (как отрицательное).

Смысл этих комплексов состоит в том, что типологические особенности подбираются в них не по случайному сочетанию, а *по взаимоусиливающему влиянию на определенный психологический феномен.* Так, Н. П. Фетискин, изучая, сколь быстро наступает состояние монотонии, проанализировал данные, получаемые при двух способах деления испытуемых. В одном случае время до начала развития монотонии сравнивалось у «сильных» и «слабых», «подвижных» и «инертных», у лиц с преобладанием возбуждения с теми, у которых преобладало торможение. В другом случае выделялись две группы, в одной из которых испытуемые имели все четыре типологические особенности, способствующие устойчивости к монотонии, а в другой у всех отмечались четыре противоположные типологические особенности (т. е. первые имели монотонофильный типологический комплекс, а вторые — монотонофобный).

Когда группы сравнивались по одной типологической особенности, наибольшее различие во времени наступления монотонии равнялось 24 мин. При сравнении же испытуемых с типологическими комплексами разница увеличилась до 29 мин. Следовательно, сочетание типологических особенностей, действующих вместе, усиливает эффект влияния на устойчивость или неустойчивость к состоянию монотонии.

Аналогичная закономерность выявлена и М. Н. Ильиной, которая показала усиливающее влияние сочетания определенных типологических особенностей проявления свойств нервной системы на длительность поддержания волевого усилия, реализуемого на фоне усталости. Если типологические особенности сочетались в «положительный» и «отрицательный» комплексы терпеливости, разница между группами достигала 20%, а при делении только по одному свойству максимальное различие оказалось равным 5%. Имеются и другие исследования, в которых обнаружена та же тенденция.

В то же время отмечаются и взаимонейтрализующие сочетания типологических особенностей. Например, слабая нервная система способствует устойчивости к монотонии, а подвижность возбуждения — нет.

21.3. Адекватность понимания связей свойств нервной системы с эффективностью деятельности и поведением

Изучение того, как типологические особенности проявления свойств нервной системы связаны с эффективностью деятельности и поведением, затрагивает и более общий вопрос о соотношении в человеке биологического и социального. Таким образом, речь заходит о мировоззренческих и методологических аспектах современного естествознания. Поэтому чрезвычайно важно при анализе выявляемых связей давать им адекватную интерпретацию. В противном случае легко скатиться на позиции биологизаторства, постулирования ведущей роли природных задатков в жизни человека как социального существа.

В настоящее время нет нужды доказывать важную роль биологического фактора в профессиональной, учебной и спортивной деятельности человека. Вопрос ныне иной: каково соотношение в каждом конкретном случае социального и биологического? Как известно, в силу принадлежности человека к природе и обществу его формирование и развитие происходит в результате сложного взаимодействия природных и социальных систем детерминации, воздействие которых неравнозначно и противоречиво. Соответственно и значение типологических особенностей может быть в том или ином действии и поступке велико, а в других — незначительно.

Типологические особенности проявления свойств нервной системы связаны с различными поведенческими и личностными характеристиками, а также с эффективностью деятельности либо прямым, либо опосредованным, либо сопутствующим (рядоположенным) образом.

Роль типологических особенностей в способностях и склонностях можно отнести к *прямому* влиянию, потому что между ними нет промежуточного звена. Так, типологические особенности выступают задатками способностей, входят в их структуру.

Сложнее обстоит дело с воздействием типологических особенностей свойств нервной системы на стиль деятельности. В том случае, когда таковой формируется стихийно — по склонности, типологические особенности связаны с ним именно через это промежуточное звено. Если же стиль деятельности формируется сознательно, с учетом сильных и слабых сторон человека, то промежуточным звеном между ним и типологическими особенностями становятся способности и волевые качества, зависящие от того или иного типологического комплекса.



Вообще связь типологических особенностей проявления свойств нервной системы с эффективностью деятельности всегда косвенная, опосредованная способностями и стилем деятельности. Поэтому не следует прямо связывать успехи человека с наличием тех или иных типологических особенностей. Достижение высоких результатов в любой области определяется многими факторами, в частности — обученностью, мотивацией, техническими средствами и т. д. Да и сами промежуточные звенья (способности) могут зависеть не только от типологиче-

ских, но и от физиологических и морфологических особенностей человека (как, например, двигательные способности, связанные со структурой мышц, биохимическими особенностями организма). Таким образом, сам выбор стиля деятельности может определяться не только свойствами нервной системы, но и показателями роста и веса, если речь идет о физической деятельности спортсменов.

В ряде исследований обнаружены связи типологических особенностей проявления свойств нервной системы с *социально-психологическими характеристиками человека*. Эти корреляции нуждаются в особо тщательном анализе и адекватной трактовке.

Во многих случаях они опосредованные. Так, лидерство в экстремальных условиях деятельности связано с типологическими особенностями благодаря влиянию последних на волевые качества. Например, лидеры команд в лодках (загребные) в отличие от ведомых (сидящих сзади), как правило, отличаются сильной нервной системой и инертностью торможения, которые, как сказано выше, влияют положительно на терпеливость. Очевидно, тренеры и сажают на место загребного такого спортсмена, у кого это волевое качество проявляется в большей мере, чем у остальных гребцов (Ю. А. Дольник, Е. П. Ильин, 1976).

Капитаны команд по игровым видам спорта в большинстве своем тоже имеют сильную нервную систему, которая помогает им не терять самообладания и мобилизоваться в критических ситуациях. Но выбирались они на роль делового лидера не потому, что тренер знал об этом свойстве, а по их поведенческим характеристикам, проявляемым в экстремальной ситуации, по психологической устойчивости, надежности.

Другой социально-психологический феномен — совместимость — тоже может опосредованно соотноситься с типологическими особенностями свойств нервной системы. Он зависит от некоторых свойств темперамента, связанных с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы. При этом совместимость не означает одинаковость таковых у взаимодействующих людей. Нами выявлено, что взаимные положительные оценки чаще даются субъектами с различными типологическими особенностями; и, наоборот, взаимная неприязнь чаще встречается у людей, имеющих одинаковые типологические особенности (хотя сходство последних не обязательно приводит к конфликту между субъектами взаимодействия).

Итак, косвенным образом типологические особенности проявления свойств нервной системы могут в ряде случаев влиять на социально-психологические феномены, в том числе и на социометрический статус человека. Отвергая в целом теорию «врожденных черт лидерства», которой придерживаются некоторые социологи (согласно ей, человек с определенными задатками лидера независимо от условий всегда останется таким), нельзя не видеть ограниченность противоположной точки зрения — «ситуационной». Ее приверженцы сводят причину появления лидера лишь к той ситуации, перед которой оказывается человек (как бы вынужденный стать лидером), и не учитывают его особенностей и возможностей. Очевидно, правильнее рассматривать вопрос по-другому: каждая ситуация выдвигает перед потенциальным лидером свои требования, и человек, отвечающий им по своим психологическим особенностям, имеет больше шансов реализовать в этой ситуации свой потенциал (в другой ситуации он лидером не будет, так как она предъявляет к человеку другие требования).

Т. М. Симарева и др. (1979) выявили связь типологических особенностей проявления свойств нервной системы с феноменом симпатии или антипатии педагогов к своим ученикам. Первоначально такая связь казалась случайной. Однако, выяснив, какие качества ценят педагоги в учениках, и сопоставив типологические особенности «любимчиков» и «нелюбимчиков», авторы убедились: первым присущи такие типологические особенности, которые обусловливают терпеливость, настойчивость, трудолюбие; у вторых же имеются те, что не способствуют проявлению этих качеств, ценимых педагогом. Следовательно, и в этом случае связь типологических особенностей с социально-психологическим феноменом оказалась опосредованной — через волевые проявления учащихся, которые в глазах педагога выглядели отношением учеников к делу.

Связи типологических особенностей проявления свойств нервной системы с социально-психологическими феноменами могут иметь и *сопутствующий* характер, т. е. быть по сути ложными. Е. А. Сидоров (1983) установил, что школьники, активные двигательно, более пассивны в общественной работе. Поскольку уровень двигательной активности определяется типологическими особенностями, значит, общественно пассивные школьники имеют сильную нервную систему, подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения, а общественно активные ученики — противоположное. Можно было бы полагать, что общественная активность зависит от таких типологических особенностей. В действительности данный вывод ошибочен: он не соответствует реальности.

Во-первых, выполнение общественных поручений еще не свидетельствует об активности учащихся, о сильно выраженной потребности в общественной работе. Поручения часто исходят от учителя, который придерживается принципа надежности: пусть сделает тот, кто не подведет. Поэтому учитель физкультуры скорее поручит какое-либо дело школьнику с высокой двигательной активностью из-за того, что расценивает ее как прилежание на уроке, из-за того, что школьники с высокой двигательной активностью чаще занимаются спортом.

Учитель-предметник более часто выбирает для выполнения общественных поручений двигательно пассивных школьников и тоже руководствуется при этом прилежанием тех на уроках; только для него самыми прилежными кажутся двигательно пассивные ученики, т. е. более усидчивые, а следовательно — не нарушающие дисциплину, более внимательные. Но все эти характеристики учащихся связаны с типологическими особенностями (А. Г. Пинчуков), поэтому и выявляются их сопутствующие связи с общественной активностью.

В этом случае социально-психологический феномен проявляется не благодаря типологическим особенностям, а вопреки им, так как учащиеся, занятые общественными поручениями («активисты»), в действительности могут не обладать высокой потребностью в проявлении активности.

21.4. Учет типов статистических связей свойств нервной системы с эффективностью деятельности и поведением

Пытаясь отыскать проявления типологических особенностей, необходимо учитывать, что статистические связи, обнаруживаемые с помощью корреляций, могут

быть разнообразными. Как показано В. С. Мерлиным (1973), соотношения между типологическими особенностями и свойствами темперамента по преимуществу бывают *прямолинейными*. Это значит следующее: чем более выраженной оказывается какая-либо типологическая особенность проявления свойства нервной системы, тем выраженнее и свойство темперамента, зависящее от данной типологической особенности.

Однако подобная зависимость не является *изоморфной*, т. е. психофизиологические показатели темперамента не заменяют физиологические показатели свойств нервной системы. Нельзя, например, по ригидности (трудной сменяемости одних установок на другие) говорить о наличии у человека инертности нервных процессов, поскольку первая (как и другие свойства темперамента) связана с несколькими типологическими особенностями, а не с одной (рис. 21.2, А). (В данном случае — с инертностью, хотя ее роль в проявлении ригидности, как показала Н. Е. Высотская (1975), довольно большая.)

Об ошибке отождествлять проявление типологической особенности свойства нервной системы с какой-либо психологической особенностью предупреждал еще Б. М. Теплов. Он писал:

> ...Взаимоотношение между свойствами нервной системы человека и особенностями его поведения и психического склада очень сложно. В понимании этого взаимоотношения особенно опасно руководствоваться легко напрашивающимся словесным параллелизмом. Ведь свойства нервной системы обозначаются словами, которые применяются и к характеристике психических особенностей. Легко напрашиваются такого рода параллели: сильная нервная система — значит, сильный характер, сильная воля; подвижные нервные процессы — значит, подвижный человек, быстрый в движениях, в решениях, в работе. На самом деле параллелизм такого рода между свойствами нервной системы и психическим складом человека нет... Сильный характер складывается по психологическим законам формирования характера, но у разных людей на различной почве при разных свойствах нервной системы (*Теплов Б. М.* Новые данные по изучению свойств нервной системы человека // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека. Т. III. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1963. С. 5).

Думается, это заявление Б. М. Теплова все же излишне категорично. Исследования, проведенные в нашей лаборатории, показали, что «сильная воля» связана с сильной нервной системой, а быстрые решения присущи лицам с подвижностью нервных процессов. Дело, однако, в том, что и «сильная воля», и быстрые решения зависят не от одной типологической особенности, а от нескольких, и какая из них оказала большее влияние, — неизвестно. Соответственно Б. М. Теплов прав, когда говорит о вероятной ошибке отождествления.

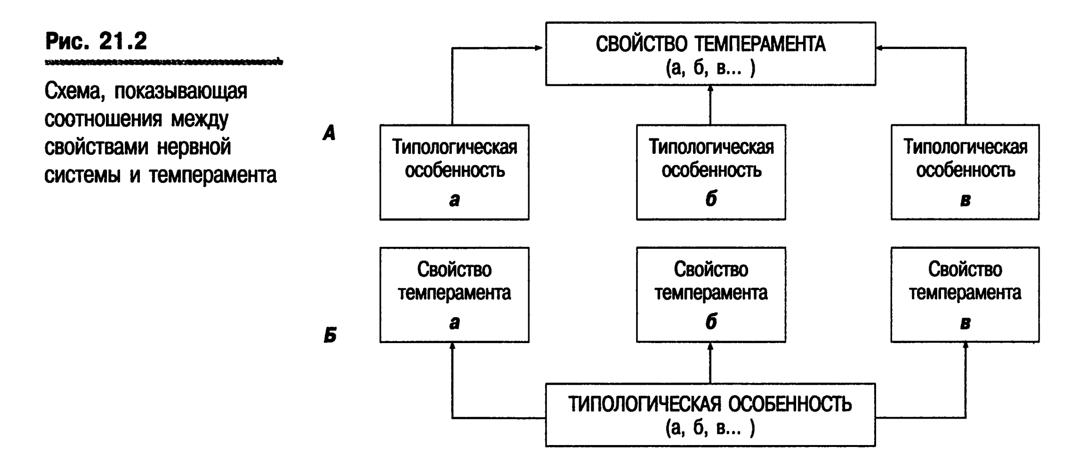
Каждая типологическая особенность проявления свойств нервной системы может влиять на несколько характеристик поведения и деятельности людей, — значит, связи свойств нервной системы с психологическими феноменами *гомоморфные* (рис. 21.2, Б). Однако из этого вовсе не следует, будто каждое свойство нервной системы должно быть обязательно связано с любым психологическим феноменом. В ряде случаев свойства нервной системы бывают нейтральными по отношению к тому или иному психологическому феномену.

В тех случаях, когда от свойства нервной системы зависел не один какой-то психологический параметр, а сразу несколько, в лаборатории В. С. Мерлина использовали математический метод *таксономии*.

Помимо прямолинейных существуют и *криволинейные* связи. Например, в наших исследованиях неоднократно констатировался факт отсутствия прямолиней-

Рис. 21.2

Схема, показывающая соотношения между свойствами нервной системы и темперамента



ной связи между силой нервной системы и балансом нервных процессов. В то же время между этими свойствами обнаружена криволинейная корреляция. Это значит: чем более выражена уравновешенность нервных процессов, тем больше шансов обнаружить у обследуемого слабую нервную систему; и наоборот: чем заметнее превалирует один из нервных процессов, тем вероятнее, что у обследуемого сильная нервная система. Криволинейные зависимости между психологическими и физиологическими параметрами, а также между последними обнаружены и другими исследователями (И. М. Палей, 1966; Н. М. Пейсахов, 1984).

Наличие криволинейных связей между типологическими особенностями и эффективностью деятельности и особенностями поведения заставляет при изучении этой проблемы учесть два момента.

Во-первых, общераспространенный прием изучения проявлений свойств нервной системы — сравнение двух крайних типологических групп: сильных со слабыми, инертных с подвижными и т. д. Такой подход основан на двух положениях:

- степень выраженности каждого свойства представляет собой континуум (т. е. некоторую протяженность от малых до больших величин);
- каждое свойство имеет прямую или обратную линейную связь с изучаемым психологическим феноменом (чем больше выражено свойство, тем больше его влияние на изучаемый феномен — положительное или отрицательное).

Казалось бы, не нужно рассматривать связи типологических особенностей, учитывая их среднюю выраженность. Однако ряд фактов заставляют посмотреть на это иначе. Наибольшая точность воспроизведения амплитуд, наибольшая мышечная сила и темп движений кистью присущи лицам с уравновешенностью нервных процессов, а не с преобладанием возбуждения, как предполагалось вначале.

В исследовании Р. В. Шрейдер и В. Д. Шадрикова (1976) наибольшая успешность деятельности была выявлена у лиц со средней степенью подвижности нервных процессов, а не с высокой или низкой. Об *U*-образной зависимости психологических показателей с типологическими особенностями говорят и другие ученые (И. М. Палей, Н. М. Пейсахов).

Очевидно, не случайно в некоторых видах спорта подбирается больше спортсменов не с крайними типологическими группами, а со средними, что тоже указывает на положительную роль средней выраженности свойства нервной системы

для эффективности определенных спортивных занятий. Так, среди парашютистов средняя сила нервной системы выявлена у половины обследованных мастеров спорта и перворазрядников (З. В. Григорьева, 1975). Среди лыжников-гонщиков, легкоатлетов-бегунов на средние и длинные дистанции также превалировали люди со средней силой нервной системы. У представителей многих видов спорта уравновешенность по «внешнему» и «внутреннему» балансам встречается значительно чаще, чем преобладание одного из этих процессов.

Таким образом, исследуя проявления свойств нервной системы, обследованных лиц надо делить на три группы: с высокой, средней и низкой выраженностью данного свойства — и искать связь с психологическими феноменами, учитывая все, а не только путем сравнения данных, которые касаются лишь групп с полярными показателями.

Во-вторых, признание линейной зависимости между выраженностью свойства нервной системы и его психологическим проявлением приводит к выводу, что если успеху сопутствуют какие-то типологические особенности, то неуспеху в данной деятельности — противоположные типологические особенности. Многие факты противоречат такому взгляду. Установлено, что отличниками оказываются школьники с различными типологическими особенностями (Н. С. Лейтес,1971), а хорошая успеваемость наблюдается у учащихся как с преобладанием возбуждения по «внутреннему» балансу (за счет высокой работоспособности), так и с преобладанием торможения (благодаря усидчивости) (А. Г. Пинчуков, 1976).

В связи с этим ошибочным было бы сопоставлять типологические особенности с эффективностью деятельности только успешных лиц, оставляя без внимания группу неуспешных.

Высокоэффективную деятельность демонстрируют люди с различной типологией, но *не любой*. Так, Н. Д. Скрябин (1972) показал, что смелыми являются люди с различными сочетаниями типологических особенностей, а трусливыми — только с определенным сочетанием таковых. Как установил В. С. Клягин (1973), эффективно (безаварийно) управляют машиной лица как с сильной, так и со слабой нервной системой, но высокая аварийность коррелирует только с сильной нервной системой. При другом виде деятельности препятствием для достижения высоких результатов оказалась слабая нервная система, в то время как среди успешных встречались люди и с сильной, и со слабой нервной системой.

Приведенные данные позволяют утверждать, что судить о связи типологических особенностей с успешностью деятельности только при ориентации на крайние типологические группы или же исключительно группы успешных в данной деятельности не всегда правомерно, а порой и ошибочно. В поле внимания исследователей должны быть как группы людей со средней выраженностью свойства нервной системы, так и группы «неуспешных».

21.5. Учет этапа овладения профессиональным мастерством

Важно также учитывать, что на разных этапах овладения профессиональным мастерством, адаптации к условиям деятельности ее эффективность может зависеть от различных и даже противоположных типологических особенностей проявления свойств нервной системы. А. И. Фукин (1995) показал, что на начальном

этапе профессиональной адаптации слесарей-сборщиков конвейерного производства больших успехов добиваются те, кто имеет скоростной типологический комплекс, а после пяти лет работы — уже обладающие типологическим комплексом устойчивости к состоянию монотонии.

В. П. Мерлинкин и М. Е. Бубнов (1977) установили, что темпы обучения двигательным навыкам сначала выше у лиц с подвижной и лабильной нервной системой, но затем инертные догоняют «подвижных», и качество навыка становится у тех и других одинаковым.

Другой исследователь — Р. Р. Гучетлев (1981) — обнаружил в принципе ту же закономерность, только относительно переделки суточного стереотипа: быстрее это совершают люди, отличающиеся подвижностью нервных процессов, но потом инертные их настигают, и уровень адаптации становится у двух групп равным.

Как установили В. А. Сальников и Б. В. Кимейша (1982), на начальном этапе тренировочного процесса наибольшие темпы возрастания спортивных результатов были у штангистов, имевших сильную нервную систему и преобладание возбуждения по «внутреннему» балансу, т. е. типологические особенности, обеспечивающие высокую двигательную активность, работоспособность, терпеливость. Однако на следующих этапах более быстрый рост результатов отмечался уже у штангистов со слабой нервной системой, инертностью нервных процессов, так как эти особенности, с одной стороны, влияют на устойчивость к монотонности тренировочных нагрузок, а с другой — обеспечивают лучшую двигательную память (инертность нервных процессов) и координацию движений (слабая нервная система). У них же дольше сохранялась перспектива достижения поставленной цели (высоких спортивных результатов), что в совокупности с высокой устойчивостью к состоянию монотонии обеспечило им большую прибавку в результатах за 5 лет тренировки. Это объясняет и тот факт, что для штангистов высокого класса более характерен типологический комплекс монотоноустойчивости, который составляют слабая нервная система и инертность нервных процессов.

21.6. Использование системного подхода при изучении связи типологических особенностей с эффективностью деятельности

Типологические особенности проявления свойств нервной системы связаны, как уже говорилось, с различными сторонами личности и деятельности: мотивами, способностями, устойчивостью к неблагоприятным факторам внешней и внутренней среды и т. д. Такое многообразие проявлений невольно порождает вопрос: существует ли здесь какая-либо закономерность, взаимосвязь?

В лаборатории В. С. Мерлина ее пытались выявить с помощью математики, а именно — дискриминантного анализа, а также метода таксономии (В. В. Белоус). В целом эта попытка к успеху не привела, поскольку, какие бы сочетания типологических особенностей у людей ни отмечались, все они почему-то свелись только к двум типам темперамента. По существу, проблема типологических различий между людьми таким образом была снята.

Более рациональным представляется другой путь — изучить различные проявления комплексов типологических особенностей, сопоставить данные проявле-

ния в деятельности и влияние таковых на ее конечный итог — эффективность. Рассмотрим рис. 21.3.

Определенное сочетание типологических особенностей проявления свойств нервной системы создает склонность (потребность) к определенному типу деятельности (связанному, например, с быстродействием, импульсивностью, или, наоборот, с медленностью и размеренностью). Осознание этой потребности, правда, не всегда отчетливое, склоняет человека к выбору деятельности (из числа известных ему), которая в наибольшей мере соответствует такой склонности. Это же сочетание типологических особенностей способствует (в качестве задатков) проявлению способностей к выбираемому виду деятельности (например, при склонности к быстродействию — проявлению скоростных способностей), а последние обеспечивают высокую эффективность выбранной деятельности. Успешность последней подкрепляет склонность, формируя на ее базе стойкий интерес к данной деятельности. Он, в свою очередь, способствует закреплению людей в данной сфере деятельности и повышает их работоспособность благодаря положительному отношению к выбранной деятельности.

Эта схема действует и в том случае, когда типологические особенности обусловливают устойчивость к неблагоприятным состояниям, развивающимся при выполнении определенной деятельности. У более устойчивых ее эффективность выше, как больше и удовлетворение от ее выполнения. Подобная закономерность отчетливо проявилась при изучении состояния монотонии: рабочие с типологическим комплексом, способствующим устойчивости к ней (т. е. те, у кого такое состояние появляется позже) часто положительно относились и к монотонной работе (Н. П. Фетискин).

Следует подчеркнуть, что при типологически обусловленном выборе вида деятельности удовлетворение от нее человек может получать не только и не столько от результата (эффективности) деятельности, сколько *от процесса ее выполнения*. Поэтому, например, многие увлеченно занимаются в том или ином коллективе художественной самодеятельности, спортивной секции, не добиваясь высоких достижений.

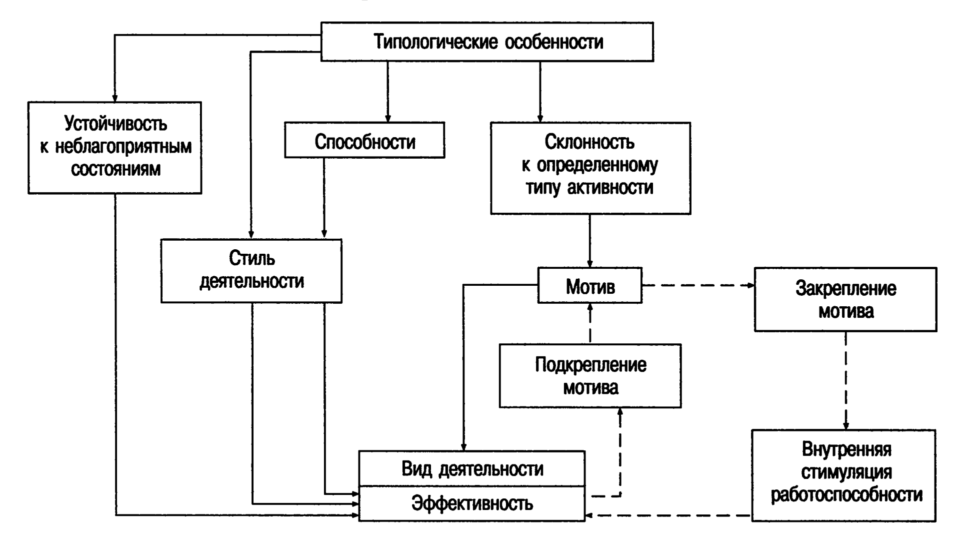


Рис. 21.3. Системность влияния типологических особенностей свойств нервной системы на деятельность человека

Рисунок 21.3 иллюстрирует и тот факт, что для определенных видов деятельности (профессиональной, спортивной) подбираются люди со сходными типологическими особенностями. Скажем, там, где требуется быстродействие, в основном заняты люди с типологическими особенностями, благоприятствующими проявлению скоростных способностей (слабая нервная система, подвижность нервных процессов, преобладание возбуждения по «внешнему» балансу).

Среди гимнастов (как цирковых, так и спортивных) преобладали лица с инертностью нервных процессов, обеспечивающей хорошую двигательную память, прочные двигательные навыки. В видах деятельности, связанных с быстрой сменой ситуации, чаще всего встречаются лица с подвижностью нервных процессов, которая способствует быстрому переключению внимания. Там же, где требуется высокая концентрация внимания, преобладали лица с сильной и инертной нервной системой (например, у корректоров). Очевидно, отбор и закрепление людей в этих видах деятельности происходит, во-первых, на основе показываемой эффективности работы, а во-вторых, благодаря удовлетворенности самим процессом деятельности.

Рассмотренные варианты встречаются хотя и часто, но не всегда, поэтому нельзя данную схему возводить в абсолют и считать, будто людям с «нетипичной» для данного вида деятельности типологией дорога к успеху заказана. Типологические особенности выступают лишь одним из факторов успеха, *облегчают его достижение, но не гарантируют его.* Не случайно попытка Л. Д. Гиссена связать типологические особенности спортсменов с уровнем их достижений не дала положительного результата.

Следует обратить внимание еще на один момент. Приведенная схема не «работает» в том случае, когда выбирающий какой-либо вид деятельности имеет о нем неправильное представление (о тех требованиях, которые предъявляются человеку). Так, я наблюдал, что художественную гимнастику выбирали многие девочки, которые отличались подвижностью нервных процессов, в то время как у спортсменок высокого класса, занимающихся этим видом спорта, в большинстве случаев отмечается инертность нервных процессов (Н. Е. Высотская, 1972а; Ж. Е. Фирилева, 1972). Это объясняется тем, что девочки представляют себе художественную гимнастику разновидностью танцев, балета, как нечто развлекательное, не требующее большого терпения, настойчивости. Отсюда в большинстве своем и происходит неадекватный имеющейся у человека психофизиологической организации выбор вида спорта.

Точно так же представление о бадминтоне, плавании как «пляжном» развлечении приводит к тому, что занятия этими видами спорта «ради удовольствия» выбирают лица, у которых чаще всего преобладает торможение по «внутреннему» балансу, т. е. девушки с низкой активностью в двигательном отношении. Им кажется, что играть в бадминтон можно стоя на одном месте, а плавать — не спеша и не долго.

21.7. Принципы прогнозирования эффективности деятельности по типологическим особенностям

Изложенное в этой главе позволяет сформулировать принципы прогнозирования эффективности деятельности человека по имеющимся у него типологическим особенностям. В самой возможности такого прогноза заключен основной смысл дифференциально-психофизиологического изучения. Можно предсказать с опре-

деленной вероятностью, как человек поведет себя в той или иной ситуации, какие способности у него выражены в большей, а какие — в меньшей мере, какой стиль деятельности ему более подходит и т. д. Однако, чтобы подобное прогнозирование было эффективным, необходимо учитывать ряд правил (принципов).

1. Каждая типологическая особенность может выступать как в роли положительного, так и отрицательного фактора деятельности.
2. Между выраженностью той или иной типологической особенности и эффективностью деятельности существуют как прямые, так и обратные линейные связи, а также криволинейная зависимость.
3. У каждой типологической особенности существует полифункциональное проявление, т. е. она влияет на несколько факторов успешности деятельности.
4. Эффективность действий и деятельности зависит от нескольких типологических особенностей, образующих часто типологический комплекс, в котором каждая из особенностей усиливает влияние другой. В связи с этим прогноз нужно делать не по отдельным типологическим особенностям, а по их сочетанию, которое у разных людей неодинаково.
5. Выявлять связь типологических особенностей с эффективностью деятельности нужно не только, а порой и не столько в группах с высокими достижениями, сколько в группах с низкими достижениями. Это обусловлено тем, что надежными в деятельности могут быть лица с разными типологическими особенностями, а ненадежными — лишь с определенными.
6. Влияние типологических особенностей может быть опосредовано состояниями человека. Так, сила нервной системы не сказывается на проявлении решительности в спокойной ситуации, но влияет при возникновении у человека страха.
7. Нельзя ожидать, что каждая типологическая особенность воздействует на все характеристики деятельности и поведения человека. В ряде случаев первые бывают нейтральными относительно какого-либо психологического феномена.
8. При действии одного и того же фактора разные типологические особенности могут приводить к возникновению различных состояний человека. Монотонность работы вызывает как состояние монотонии (при наличии у человека сильной нервной системы), так и состояние психического пресыщения (у лиц со слабой нервной системой). Поэтому надо изучать индивидуальную реакцию человека на воздействие того или иного фактора с учетом имеющихся у него типологических особенностей проявления свойств нервной системы и темперамента (в качестве примера см. табл. 21.1).
9. По эффективности деятельности и поведенческим характеристикам нельзя сделать вывод о наличии у человека той или иной типологической особенности проявления свойств нервной системы. Это связано с тем, что эффективность деятельности может быть достигнута за счет знаний и умений, с одной стороны, и за счет разных задатков, в том числе и различных типологических особенностей, с другой. Важно и влияние, оказываемое на эффективность деятельности силой мотива, которая может искажать диагностику.

Таблица 21.1

Предпочтительные приемы психолого-педагогического воздействия на обучаемых с различными индивидуально-психологическими особенностями

Результаты	Проявления	Созидающие воздействия (поощрение)	Тормозящие воздействия (наказание)
Э – И > 14	Экстраверт	Контактные формы управления тренировкой. Внешний контроль со стороны инструктора на протяжении всего процесса тренировки	
Э – И < 7	Интроверт	Дистанционные формы управления тренировкой. Внешний контроль на начальных этапах подготовки, затем предоставление возможности самоконтроля	
Э – И > 14 Н > 14	Холерик	Нуждается в поощрении менее, чем другие. Поощрять выдержку	Проявления неодобрения должны быть очень тактичными во избежание негативной реакции
Э – И < 7 Н > 14	Меланхолик	Эффективны слабые формы поощрения. Избегать лишних контактов	Не рекомендуется
Э – И > 14 Н < 12	Сангвиник	Поощрять терпение, старательность, тщательность. Эффективен любой дополнительный контакт	При проявлении небрежности, отвлечения от занятия наказание возможно в сильной форме
Э – И < 7 Н – 12	Флегматик	Одобрение, просьба как средство стимулирования активности	Слабые проявления недовольства для стимулирования активности
Методика Шуберта			
–21 и менее	Крайне осторожен	Одобрение, похвала как средство повышения мотивации к достижению	Не рекомендуется
От –20 до –6	Очень осторожен	То же	То же
+21 и более	Выраженная склонность к риску	При слабой мотивации к успеху возможны сильные формы поощряющих воздействий	При высокой мотивации к успеху возможны сильные формы тормозящих воздействий
Методика *MMPI*			
I шкала	Забота о здоровье	Одобрение правильных действий как средство повышения активности	Не рекомендуется
II шкала	Тревога	Необходимы все формы поощрения	Не рекомендуется
III шкала	Демонстративность	Отмечать каким-либо способом правильные действия как обязательное условие их закрепления	Подчеркнутое невнимание воспринимается как наказание

Окончание табл. 21.1

Результаты	Проявления	Созидающие воздействия (поощрение)	Тормозящие воздействия (наказание)
IV шкала	Конфликтность	Необходима консультация психологов	
V шкала	Чувствительность	Нуждается в поддержке. Эффективны слабые формы одобрения	Чувствителен к слабым воздействиям
VI шкала	Недоверчивость, осторожность	Тщательно дозировать приемы воздействия, так как их значение обучаемый переоценивает	
VII шкала	Нерешительность	Своевременно поддерживать правильные решения	Не рекомендуется
VIII шкала	Самодостаточность	Предоставлять возможность самоконтроля, управляющие воздействия минимальны	
IX шкала	Гиперактивность	Не требуется	Возможны сильные формы воздействия
X шкала	Замкнутость	Предоставлять возможность самостоятельно контролировать свои действия	

Источник: Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Под ред. Г. С. Никифорова и др. СПб.: Речь, 2003. С. 107–109.

10. При групповой деятельности индивидуальный психофизиологический прогноз эффективности может не оправдываться. Чем больше для человека (особенно юного) значимо мнение товарищей и окружения, тем в меньшей мере может сказываться на деятельности и поведении типологические особенности проявления свойств нервной системы.
11. Психофизиологическое прогнозирование выступает лишь составной, хотя и необходимой частью комплексного прогноза эффективности деятельности, в котором нужно учесть личностные особенности субъекта, уровень его профессиональной подготовки, интеллектуального развития и т. д.

Психофизиологическое прогнозирование связано с выявлением *природных предпосылок* к успешному осуществлению той или иной (но не любой!) деятельности, а не с предсказанием ее конкретного результата.

Часть пятая

Здоровье и индивидуальные особенности

В своей жизни человек постоянно подвергается воздействию многих факторов которые могут угрожать его психическому и физическому здоровью В связи с этим возникает необходимость выяснить то, как люди с разными индивидуальными особенностями преодолевают стрессовые ситуации (тем самым предупреждая возникновение различных патологий), а также риску каких заболеваний они чаще всего подвержены Зная это можно успешнее осуществлять профилактику таковых сохранять психическое и физическое здоровье

ГЛАВА 22

Различия в копинг-стратегиях (преодолевающем поведении) и в использовании защитных механизмов

Людям часто приходится сталкиваться с ситуациями внутреннего напряжения и дискомфорта. Реагируют они на это двумя способами: строя сознательные копинг-стратегии (способы совладания) и используя автоматические механизмы психологической защиты.

Многие авторы разделяют защиту, ориентированную на переживание, и совладание (копинг), направленное на поведение. Например, Хаан (Haan, 1977) характеризует совладание как целенаправленные, гибкие и адекватные реальности адаптивные действия, а защитные процессы понимает как навязанные, ригидные и искажающие реальность.

22.1. Копинг-стратегии

Для обозначения сознательных усилий личности, предпринимаемых в ситуации психологической угрозы, используют понятия **копинг-поведение**, или **копинг-стратегии** (*coping*).

Таблица 22.1

Таксономия копинг-реакций и копинг-действий

Копинг, ориентированный на ситуацию	Активное влияние Бегство/уход Пассивность
Копинг, ориентированный на репрезентацию	Поиск информации Вытеснение информации
Копинг, ориентированный на оценку	Переоценка/придание смысла Изменение цели

Источник: Perrez & Reicherts, 1992, s. 30.

Реакции совладания нацелены на то, чтобы повлиять либо на окружающий мир, либо на самого себя, либо на то и другое. Этому соответствует в определенной степени два вида совладающего поведения: копинг, ориентированный на про-

блему (*problem focused*), и копинг, сфокусированный на эмоциях (*emotion focused*) (R. Lazarus, 1966).

Разными авторами предложены различные типы копинг-стратегий (см. ниже).

Выделяют и такие копинг-стратегии, как направленность на решение проблем, поиск социальной поддержки и избегание.

> ...Основным отличием защитных автоматизмов от копинг-стратегий является неосознанное включение первых и сознательное, целенаправленное использование последних. Некоторые авторы напрямую определяют копинг-стратегии как осознанные варианты бессознательных защит. Действительно, по мере развития и формирования самосознания личность способна осознавать то, что ранее осуществляла автоматично, не отдавая себе в этом отчета. Это положение лежит в основе многих терапевтических подходов, которые ставят целью дать пациенту знания о том, что такое защита, учат фиксировать проявление защит, осознанно и гибко использовать наиболее зрелые и эффективные из них.
>
> Другие авторы считают, что отношение между копинг-поведением и защитными автоматизмами более сложное. Стратегии совладания рассматривают не только как осознанные варианты бессознательных защит, но и как родовое, более широкое понятие по отношению к ним, включающее в себя как бессознательные, так и осознанные защитные техники. В рамках этого второго подхода автоматизмы психологической защиты выступают только как один из возможных способов реализации копинг-поведения. Так, проекцию и замещение можно трактовать как часть стратегии совладания по типу конфронтации, изоляцию и отрицание — как часть стратегии по типу отдаления.
>
> Описывая многообразие поведенческих, эмоциональных и интеллектуальных копинг-стратегий личности, мы показали, что в основе каждой из них может лежать не один, а несколько различных защитных интрапсихических механизмов. Например, когда человек сознательно игнорирует неприятную ситуацию или даже подшучивает над ней, это частично может основываться на отрицании, частично — на рационализации. В случае сознательного ухода в работу неосознанно включаются защитные механизмы замещения и/или сублимации... Таким образом, мы тоже рассматриваем понятие «копинг» как более широкое по своему содержанию, чем понятие «защитный механизм» (И. М. Никольская, Р. М. Грановская, 2001, с. 74–75).

Копинг-стратегии, или что то же, — сознательно сформулированные способы *совладания*, успешно осуществляются при соблюдении трех условий (И. М. Никольская, Р. М. Грановская, 2001):

- достаточно полном осознавании возникших трудностей,
- знании способов эффективного совладания именно с ситуацией данного типа,
- умением своевременно применить их на практике.

> Фрейд указывал, что существуют два основных способа справляться с тревогой. Первым, более здоровым способом, он считал взаимодействие с порождающим тревогу явлением: это может быть и преодоление препятствия, и осознание мотивов своего поведения, и многое другое. Вторым же, менее надежным и более пассивным способом является способ справиться с тревогой за счет бессознательной деформации реальности (она может быть внешней и внутренней), т. е. способ формирования какого-либо защитного механизма. В современной психологии эта идея обрела новое звучание в виде разделения понятий **защитные стратегии** и **стратегии совладания** со стрессом и с другими порождающими тревогу событиями. Стратегии совладания могут быть различны, но они всегда осознаны, рациональны и направлены на источник тревоги (например, студент, тревожащийся по поводу конкретного экзамена, может выбирать различные стратегии для подготовки к нему и успешного его прохождения). Защитные же стратегии предполагают бессознательное, нерациональное поведение... (А. Л. Козлова, 1998, с. 400).

Р. Лазарус (R. Lazarus, 1966) выделил два глобальных типа реагирования при стрессе: проблемно-ориентированный и субъектно-ориентированный.

Первый связан с рациональным анализом проблемы, с построением плана разрешения трудной ситуации и проявляется в самостоятельном анализе случившегося, в обращении за помощью к другим, в поиске дополнительной информации. Второй касается эмоционального реагирования на ситуацию, он не сопровождается конкретными действиями, поскольку человек пытается не думать о проблеме вообще, стремится забыться во сне, отвлечься от отрицательных эмоций, принимая алкоголь или поглощая еду, вовлечь других в свои переживания.

К. Томас (K. Thomas, 1977) для описания типов поведения людей в конфликтных ситуациях применил двухмерную модель. Основополагающими измерениями в ней выступают *кооперация* (внимание человека к интересам других людей) и *напористость* (акцент на защите собственных интересов).

Соответственно этим двум способам измерения К. Томас выделил следующие способы регулирования конфликтов:

- *соперничество* (*конкуренция*) как стремление добиться удовлетворения своих интересов в ущерб другому;
- *приспособление,* означающее, в противоположность соперничеству, принесение в жертву собственных интересов ради интересов другого человека;
- *компромисс*, т. е. взаимные уступки;
- избегание, для которого характерно отсутствие как стремления к кооперации, так и тенденции к достижению собственных целей;
- *сотрудничество*, когда участники ситуации приходят к альтернативе, полностью удовлетворяющей интересы обеих сторон.

А. В. Либин (1993) показал, что стратегия избегания оказалась связанной с низкой предметной (т. е. направленной на дело) активностью, высокой эмоциональностью, негативным отношением к себе и низким уровнем самоуправления. Стратегию сотрудничества предпочитают люди, характеризующиеся высокой предметной энергичностью (потребностью в напряженной работе), более низкими показателями эмоциональности, интернальностью локуса контроля и позитивным отношением к себе и к другим. Стиль соперничества связан с высоким уровнем эмоциональности в коммуникативной сфере, экстернальным локусом контроля и выраженным ожиданием негативного отношения со стороны окружающих. Стратегия приспособления характерна для людей с низкими показателями предметной и коммуникативной активности.

Р. М. Грановская и И. М. Никольская (2001) установили, что взрослые чаще всего используют следующие способы совладания с внутренним напряжением:

- взаимодействуют с продуктами человеческого творчества (читают книги, слушают музыку, ходят в музей) или сами рисуют, сочиняют стихи, поют, т. е. творчески самовыражаются;
- ищут поддержку у друзей и знакомых;
- погружаются в работу;
- сменяют вид активности с психической на физическую (занятия спортом, прогулки, водные процедуры) или используют так называемые приемы «за-» («заесть», «заспать», «залюбить», «загулять», «затанцевать»);
- обдумывают возникшую ситуацию.

У детей копинг-стратегии иные. Наиболее характерны такие:

- «остаюсь один, сам по себе»;
- «обнимаю, прижимаю, глажу»;
- «плачу, грущу»;
- «борюсь, дерусь»;
- «молюсь»;
- «прошу прощения, говорю правду»;
- «говорю сам с собой»;
- «думаю об этом»;
- «стараюсь забыть»;
- «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным»;
- «смотрю телевизор, слушаю музыку».

Выявлены и *половые различия* в использовании детьми таких копинг-стратегий. Мальчики чаще прибегают к «мечтаю, представляю», «смотрю телевизор», «прошу прощения, говорю правду», «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным». У девочек предпочтение отдается «обнимаю, прижимаю, глажу», «плачу, грущу», «смотрю телевизор, слушаю музыку», «стараюсь расслабиться, оставаться спокойной». Мальчики в 2 раза чаще используют такую стратегию, как «борюсь, дерусь», и в 1,5 раза активнее — «дразню кого-нибудь». Они чаще девочек прибегают также к стратегиям «сплю»., «ем или пью». Девочки же предпочитают такие, как «молюсь», «говорю сама с собой», «говорю с кем-нибудь».

...Природно обусловленные половые особенности детей находят свое отражение в их защитном поведении. Так, отличающая мальчиков (и мужчин всех возрастных групп) большая потребность в калориях и способах их расходования находит свое отражение в том, что копинг-стратегия «ем или пью» помогает им лучше, чем девочкам. И стратегию «сплю» они предпочитают использовать чаще. Различие по фактору социальной агрессии проявляется в большей склонности мальчиков прибегать для разрядки внутреннего напряжения к стратегиям «борюсь, дерусь» или «дразню кого-нибудь».

С другой стороны, слабость и подчиненность девочек как представителей женского пола выражается в их большей потребности в тесной привязанности, в эмоциональной разрядке через слезы и жалость к себе и другим, в желании решать проблемы, опираясь на силу другого лица (стратегии «обнимаю, прижимаю, глажу», «плачу, грущу», «молюсь», «говорю с кем-нибудь») (И. М. Никольская, Р. М. Грановская, 2001, с. 237–238).

На формирование тех или иных защитных стратегий влияет темперамент. Высокая эмоциональность холериков и меланхоликов приводит к необходимости создания у них психологических защит уже в детском возрасте. У холериков эмоциональное напряжение снижается благодаря такой поведенческой формы, как «бессильная ярость», выливающаяся в разрушение игрушек или бытовых предметов. Ребенок с меланхолическим темпераментом в тех же обстоятельствах громко и безутешно рыдает.

Более спокойные сангвиники меньше нуждаются в раннем развитии системы психологических защит, которые проявляются у них в основном при возникновении морально или социально сложных ситуаций. Ребенок начинает придумывать выходы из затруднений, свято веря в их реальность, в то время как взрослые принимают его фантазии как преднамеренную ложь.

Наиболее медленно формируется система психологической защиты у детей-флегматиков, по своей природе не склонных к конфликтам. В ситуациях переживания страха и тревоги они предпочитают избежать переживание угрозы (затыкают уши пальцами, закрывают глаза ладонями, прячут лицо в подоле матери).

И. М. Никольская и Р. М. Грановская показали, что выбор копинг-стратегии зависит и от *свойств личности*, которые были выявлены ими по опроснику Кеттелла.

Дети *напряженные*, *возбудимые*, *с низким самоконтролем* чаще всего используют такие стратегии, как «дразню кого-нибудь»», «схожу с ума», «бью, ломаю, швыряю». Кроме того, для напряженных и возбудимых характерна стратегия «плачу, грущу», а для возбудимых — «борюсь, дерусь», «кусаю ногти», «говорю сам с собой». Стратегии аффективного ответного реагирования были также свойственны детям, склонным *к риску*, *недобросовестным*, *с низким уровнем интеллекта*, а «бью, ломаю, швыряю» еще и *доминантным*.

Расслабленные, *сдержанные*, *с высоким уровнем самоконтроля* и *добросовестные* младшие школьники, испытывая напряжение и беспокойство, используют стратегию «стараюсь расслабиться, оставаться спокойным». Кроме того, они прибегают к замещающим занятиям (стратегии «рисую, пишу, читаю», «гуляю, бегаю, катаюсь на велосипеде», «играю во что-нибудь», «мечтаю, представляю»).

Тревожные дети выбирают четыре способа совладания со стрессом: «плачу, грущу», «молюсь», «говорю сам с собой», «ем или пью». Имеющие низкую степень тревожности, наоборот, не испытывая потребности в поддержке, чаще всего предпочитают «оставаться сами по себе, одни».

Чувствительные школьники задействуют стратегии «молюсь», «рисую, пишу, читаю», «играю во что-нибудь», «прошу прощения, говорю правду». *Интровертированные* — «плачу, грущу», «смотрю телевизор, слушаю музыку», «бегаю или хожу пешком».

И. М. Никольская и Р. М. Грановская заключают:

> Таким образом, в своем защитном поведении дети опираются на те свойства личности, которые для них характерны. При этом одни личностные качества базируются на врожденных свойствах темперамента (реактивность, чувствительность, активность, экстраверсия — интроверсия, эмоциональная возбудимость). Другие — социально обусловлены, сформированы в результате воспитания и обучения ребенка. Независимо от своего происхождения эти характерные для конкретного ребенка заострения свойств личности являются тем своеобразным «психологическим орудием», которые он использует для своей защиты. Возбудимый — еще больше возбуждается, расслабленный, напротив, еще больше расслабляется. Послушный просит прощения, добросовестный включается в социально полезную деятельность, а открытый еще больше открывается миру... По нашему мнению, такую связь между заострениями свойств личности и предпочитаемыми стратегиями защитного поведения можно проследить и у взрослых людей, хотя, безусловно, их защитный репертуар значительно шире (2001, с. 244–245).

22.2. Виды механизмов психологической защиты и индивидуальные особенности их использования

Понятие «защитные механизмы» было введено Зигмунтом Фрейдом (S. Freud, 1923) для общего обозначения техники, которую Эго использует в конфликтах, ведущих к неврозам.

Дочь З. Фрейда Анна (A. Freud, 1936) внесла в базовую концепцию отца коррективы: акцентировала роль механизмов защиты в разрешении внешних, т. е. социогенных конфликтов; эти механизмы рассматриваются ею как продукты развития и научения; выдвинула представление о том, что набор защитных механизмов *индивидуален* и характеризует уровень адаптированности личности.

Свои фундаментальные положения о защите З. Фрейд сформулировал в процессе лечения больных неврозами: обратимыми расстройствами, обусловленнымии воздействием психотравмирующих факторов. При неврозе пациенты жалуются на эмоциональные расстройства, нарушения телесных и вегетативных функций. В основе этой болезни лежит переживание человеком внутреннего конфликта – столкновение особо значимых отношений личности с противоречащими им обстоятельствами жизненной ситуации. Неспособность человека разрешить такой конфликт вызывает рост внутреннего напряжения и дискомфорта. З. Фрейд показал, что в этот трудный для человека момент активизируются специальные психологические механизмы защиты, которые ограждают сознание человека от неприятных, травмирующих переживаний. Включение механизмов защиты сопровождается субъективным ощущением облегчения – снятия напряжения. Впоследствии защитные механизмы стали рассматриваться не только как элемент психики людей, склонных к невротическим реакциям или страдающих неврозами, но и как функция Я – сознательной части личности любого человека. При угрозе целостности личности именно защитные механизмы отвечают за ее интеграцию и приспособление к реальным обстоятельствам... (И. М. Никольская, Р. М. Грановская, 2001, с. 21).

В настоящее время термин «защитный механизм» обозначает прочный поведенческий защитный паттерн (схему, стереотип, модель), образованный с целью обеспечить защиту «Я» от осознавания явлений, порождающих тревогу. Термин «поведенческий» требует здесь некоторого уточнения. Для одних авторов он означает внешне наблюдаемые паттерны мышления, чувствования или действия, которые функционируют как обходные маневры, как избегание тревожащих явлений или как трансформаторы того, что порождает чувство тревоги или ощущение тревоги. Этот взгляд больше присущ психологам и психиатрам не психоаналитической ориентации, но признающим бессознательную природу защитных механизмов. Для других же авторов, придерживающихся более психоаналитического понимания природы защитных механизмов, внешне наблюдаемые и регистрируемые виды защитного поведения (а также, разумеется, чувства и мысли, связанные с ним) являются всего лишь внешними, иногда даже частными проявлениями внутреннего, скрытого, интрапсихического процесса, который, по их мнению, как раз и является истинным защитным механизмом. Для этих авторов внешне наблюдаемое, регистрируемое поведение является только защитной **реакцией** в отличие от механизма, который обеспечивает конкретную реакцию (Козлова А. Л. 1998, с. 399–400).

► **Защитные механизмы – это психологические стратегии, с помощью которых люди избегают или снижают интенсивность таких негативных состояний, как конфликт, фрустрация, тревога и стресс.**

По существу, их можно рассматривать как стили реагирования человека в угрожающих для него ситуациях, используемые на бессознательном уровне. Не случайно одна из методик, с помощью которой диагностируется выраженность того или иного защитного механизма, названа «методикой психологической диагностики индекса жизненного стиля».

Выделено уже большое количество защитных механизмов, но самыми изучаемыми оказались восемь: отрицание, вытеснение, компенсация, регрессия, проекция, замещение, интеллектуализация, реактивное образование.

Сколько всего известно защитных механизмов? Среди современных исследователей нет единства мнений по этому вопросу. В оригинальной монографии А. Фрейд описано пятнадцать механизмов. В «Словаре-справочнике по психиатрии», опубликованном Американской психиатрической

ассоциацией в 1975 г., – двадцать три. Обобщив список всего лишь двух классификаций, Л. И. Вассерман с соавторами в качестве примера приводят список из тридцати четырех механизмов психологической защиты... Мы в своих исследованиях дифференцируем 11 механизмов защиты у взрослых и 5 детских поведенческих реакций (И. М. Никольская, Р. М. Грановская, 2001, с. 28).

Вытеснение — избирательное преднамеренное забывание информации, связанной с конфликтом и напряжением. Это вытеснение неприятного (желаний, мыслей, чувств, вызывающих тревогу), из памяти. Зигмунд Фрейд считал такой механизм (его аналогом служит «подавление») главным способом защиты инфантильного Я, неспособного сопротивляться соблазну. Вытесненные (подавленные) импульсы, не разрешаясь в поведении, тем не менее сохраняют свои эмоциональные и психовегетативные компоненты. Например, типична ситуация, когда содержательная сторона психотравмирующей ситуации не осознается, и человек вытесняет сам факт какого-либо неблаговидного поступка, но интрапсихический конфликт сохраняется, а вызванное им эмоциональное напряжение субъективно воспринимается как внешне немотивированная тревога. Именно поэтому вытесненные влечения могут проявляться в невротических и психофизиологических симптомах.

Как показывают исследования и клинический опыт, наиболее часто вытесняются многие свойства, личностные качества и поступки, не делающие личность привлекательной в глазах самого человека и других людей, например завистливость, недоброжелательность, неблагодарность и т. п. Следует подчеркнуть, что психотравмирующие обстоятельства или нежелательная информация действительно вытесняются из сознания субъекта, переходя в подсознание, хотя внешне это может выглядеть как активное противодействие воспоминаниям и самоанализу.

З. Фрейд выделял два типа вытеснения. *Первичное* — обеспечивающее «отказ в доступе в сознание» угрожающей информации, сходное с механизмом отрицания. ***Вторичное***, или *собственно вытеснение*, связано с тем, что информация, осознанная человеком, активно «выталкивается» из сознания и субъект перестает что-либо знать о ней (наподобие того как, идя на следующий экзамен, учащийся дает себе команду позабыть все, что он учил к предыдущему).

А. Фрейд разделила **механизмы защиты на группы** и выделила **перцептивные**, **интеллектуальные** и **двигательные автоматизмы**. Они обеспечивают последовательное искажение образа реальной ситуации с целью ослабления травмирующего эмоционального напряжения... В результате нежелательная информация может игнорироваться (не восприниматься); будучи воспринятой – забываться, а в случае допуска в систему запоминания – интерпретироваться удобным для человека образом...

Всего Анна Фрейд описала пятнадцать защитных механизмов. Она же наиболее полно проработала вопрос о последовательности их созревания...

Считается, что возраст до одного года – это предстадия защиты. Далее (1–2 года) опасности преодолеваются ребенком посредством **отрицания** (в его незрелых формах пассивного и активного протеста – отказа и оппозиции), а также в виде тенденции к присоединению – **проекции и имитации**. Проекция и имитация связаны с выделением ребенком себя из окружающей среды, с приписыванием среде всего болезненного и с принятием в себя всего приятного. Далее начинает преобладать тенденция к отделению. До трехлетнего возраста имеют место **вытеснение** (вначале – в форме подавления), **замещение** и **интеллектуализация**. Такие защитные механизмы, как **регрессия**, **обращение против собственной личности** и **замещение**, – не зависят от этапов развития Я. В связи с развитием речи и логического мышления, позднее, уже в младшем школь-

ном возрасте, усиливается тенденция к присоединению и начинает развиваться и **компенсация** как незрелая форма рационализации... После 5-летнего возраста, вследствие формирования половой идентичности и потребности в самовосприятии, появляется **сублимация**, которая неразрывно связана с усвоением нравственных ценностей (И. М. Никольская, Р. М. Грановская, 2001, с. 23–25).

Отрицание — механизм психологической защиты, с помощью которого личность либо отрицает некоторые фрустрирующие, вызывающие тревогу обстоятельства, либо меняет свое толкование ситуации, чтобы воспринимать ее менее угрожающей.

Как правило, действие данного механизма проявляется в отрицании тех аспектов внешней реальности, которые, будучи очевидными для окружающих, тем не менее не принимаются, не признаются самой личностью (например, человек при сообщении о гибели близкого ему родственника не воспринимает это известие, не хочет в это верить). Иными словами, не воспринимается та информация, которая тревожит и может привести к конфликту (тому, что возникает при появлении мотивов, противоречащих основным установкам личности, или информации, угрожающей ее самосохранению, самоуважению или социальному престижу).

Как процесс, направленный вовне, отрицание часто противопоставляется вытеснению — психологической защите против внутренних, инстинктивных требований и побуждений. Однако отличие первого от второго состоит в том, что человек избирательно воспринимает и по-другому интерпретирует (переоценивает) переживаемое, а не стирает его следы в сознании. Отрицание как механизм психологической защиты, насколько это показывает опыт, реализуется при конфликтах любого рода и характеризуется внешне отчетливым искажением восприятия действительности.

Подавление. В этом случае человек *избегает* вызывающих негативные переживания (тревогу, страх, стыд) мыслей, стараясь не думать о них.

Поскольку вообще не думать едва ли возможно, подавление обычно предполагает переключение на другое, т. е. отвлечение внимания от неприятных раздумий (избегающее мышление). Таким образом, при подавлении неприятные мысли блокируются иными, нейтральными или приятными (при вытеснении же мысль полностью недоступна сознанию). При неоднократном задействовании этого механизма защиты реакция избегания может закрепиться, стать привычной и включаться подсознательно.

Регрессия — механизм психологической защиты, благодаря которому личность в своих поведенческих реакциях стремится избежать тревоги, переходя на более раннюю стадию жизни, когда она чувствовала себя в безопасности.

При этой форме защитной реакции личность, подвергающаяся действию фрустрирующих факторов, заменяет решение субъективно более сложных задач на относительно более простые и доступные в сложившейся ситуации. З. Фрейд выделял два типа регрессии. В одном случае заменяется объект, который не может удовлетворить потребность. Например, рассорившись с кем-то, человек может вернуться к старому приятелю, с которым уже были прекращены всяческие отношения. Во втором — неудовлетворенность какой-либо деятельностью может побудить человека вернуться к прежнему роду занятий.

Использование более простых и привычных поведенческих стереотипов существенно обедняет общий (потенциально возможный) арсенал преодоления кон-

фликтных ситуаций. Этот вид психологической защиты скорее присущ психопатическим личностям с их импульсивностью и слабостью волевого контроля.

Идентификация. Задействуя этот механизм, человек принимает личностные характеристики (аттитюды, особенности поведения) другого лица.

Скажем, не имея достаточно мужества, человек идентифицирует себя с героической личностью, что придает ему больше уверенности в своих силах. Может подражать поведению знаменитого человека — это увеличивает значимость в собственных глазах.

Таким образом, идентификация как механизм психологической защиты проявляется в попытках найти подходящую замену реального или воображаемого недостатка, дефекта личности другим качеством, чаще всего с помощью фантазирования или присвоения себе свойств, достоинств, ценностей, поведенческих характеристик другой личности. Часто это происходит в ситуациях необходимости избежать конфликта с этой личностью и усилить чувство самодостаточности. При этом заимствованные ценности, установки или мысли принимаются без анализа и переструктурирования и поэтому не становятся частью самой личности.

Компенсация. Хотя этот механизм психологической защиты нередко объединяют с идентификацией, ряд авторов обоснованно считают, что его возможно считать одной из самостоятельных форм защиты от комплекса неполноценности. Человек прилагает усилия, чтобы достичь успеха в той области, где он чувствует свою неполноценность. Поведение подростков с асоциальным поведением, с агрессивными и преступными действиями, направленными против личности, тоже рассматривается с позиции компенсации.

Другое проявление компенсаторных защитных механизмов — преодоление фрустрирующих обстоятельств или ситуаций благодаря сверхудовлетворению в других сферах. Например, физически слабый или робкий человек, который не способен ответить на угрозу расправы, находит удовлетворение за счет унижения обидчика с помощью изощренного ума или хитрости. Люди, для которых компенсация оказывается наиболее характерным типом психологической защиты, часто бывают мечтателями, ищущими идеалы в различных сферах жизнедеятельности.

Проекция. В основе этого защитного механизма лежит процесс, посредством которого неосознаваемые и неприемлемые для личности чувства и мысли приписываются другим субъектам, таким образом они становятся как бы вторичными. Скажем, нередко человек приписывает агрессивность окружающим, чтобы оправдать свою собственную агрессивность или недоброжелательность, проявляемую будто бы в защитных целях. Хорошо известны примеры ханжества, когда кто-то постоянно приписывает другим собственные аморальные стремления.

Реже встречается другой вид проекции, при которой значимым лицам (чаще из микросоциального окружения) приписываются позитивные, социально одобряемые чувства, мысли или действия, которые способны возвысить. Например, учитель, не проявивший заметных способностей в профессиональной деятельности, склонен наделять любимого ученика талантом именно в этой области, неосознанно возвышая тем самым и себя («...победителю ученику от побежденного учителя»).

Выделены три типа проекции: атрибутивная, комплементарная, сходства, или классическая.

При *атрибутивной* проекции человек сначала сознает наличие у себя определенной черты и только затем наделяет ею другого (не осознавая при этом, что он использует проекцию). Например, приписывая уважаемым им людям свою негативную черту, он тем самым переоценивает ее, смягчая негативность последней. Переживание им этого недостатка становится меньшим.

При *комплементарной* проекции личность сознает свой недостаток и видит его причину в окружающих. Например, испытывая страх, человек полагает, что он вызван враждебностью и агрессивностью других людей. Это помогает оправдать наличие у себя данной негативной черты, снять с себя ответственность за ее появление.

При *проекции сходства* субъект проецирует на других черту, наличие которой у себя не осознает, т. е. он вытеснил ее из своего сознания как нежелательную. Однако эмпирически существование такого типа проекции пока не подтверждено.

Замещение. Данная форма психологической защиты нередко обозначается в литературе как смещение. Действие этого защитного механизма проявляется в разрядке подавленных эмоций (как правило, враждебности, гнева) на объектах, представляющих меньшую опасность или более доступных, чем те, что вызвали отрицательные эмоции. Например, открытое проявление досады, злости на человека, которое чревато нежелательным с ним конфликтом, переносится на иного, более доступного и не «опасного». Или жена, потеряв мужа, начинает щедро одаривать своей любовью и заботой детей.

В большинстве случаев замещение разряжает эмоциональное напряжение, возникшее под влиянием фрустрирующей ситуации, но не приводит к облегчению или достижению поставленной цели. В этой ситуации субъектом могут совершаться неожиданные, подчас бессмысленные действия, направленные на разрядку внутренней напряженности.

Смысл замещения применительно к объекту агрессии состоит в том, что, с одной стороны, человек избегает опасности ответной агрессии, а с другой стороны, достигает катарсического (облегчающего) эффекта. Во многих отношениях замещение идентично *сублимации*.

Ряд исследователей включают в этот защитный механизм не только замену объекта действия, но и самого действия, подразумевая под этим различные варианты замещающей деятельности. В результате энергия, возникшая под влиянием одного побуждения, разряжается в другой деятельности, например, злость или половое влечение — при выполнении физической работы.

З. Фрейд считал замещение одним из «базовых способов функционирования бессознательного» (З. Фрейд, 1986). Естественно предпожить, что в использовании этого защитного механизма при возникновении конфликтов чаще будут нуждаться социально трусливые субъекты.

Интеллектуализация. Этот защитный механизм часто (особенно в психотерапевтической литературе) обозначают понятием рационализация, хотя по существу они несколько отличаются. Так, действие интеллектуализации проявляется в основанном на фактах чрезмерно «умственном» способе преодоления конфликтной или (фрустрирующей) ситуации без переживаний. Иными словами, личность пресекает переживания, вызванные неприятной или субъективно неприемлемой ситуацией, при помощи логических установок и манипуляций даже при наличии убедительных доказательств в пользу противоположного.

Отличие интеллектуализации от рационализации, по мнению Ф. Е. Василюка (1995), в том, что она, по существу, представляет собой «уход из мира импульсов и аффектов в мир слов и абстракций». При рационализации же личность создает логические (псевдоразумные), но благовидные обоснования своего или чужого поведения, действий или переживаний, вызванных причинами, которые она (личность) не может признать из-за угрозы потерять самоуважение. При таком способе защиты нередко наблюдаются попытки снизить ценность недоступного для личности опыта. Так, оказавшись в ситуации конфликта, человек защищает себя от его негативного действия, снижая значимость для себя и других причин, вызвавших данный конфликт или психотравмирующую ситуацию.

В шкалу интеллектуализации — рационализации также была включена и сублимация как механизм психологической защиты, при котором вытесненные желания и чувства гипертрофированно компенсируются другими, соответствующими высшим социальным ценностям, исповедуемым личностью.

Реактивное образование. По З. Фрейду, если существует опасность возвращения в сознание вытесненного угрожающего побуждения, человек может усилить вытеснение, ведя себя диаметрально противоположным этому побуждению образом. Например, если кому-либо угрожают вытесненные гомосексуальные побуждения, то, чтобы усилить их вытеснения, этот человек может выбрать чрезмерную гетеросексуальную деятельность. По сути, реактивное образование — это контрмотивированное поведение. Такой вид психологической защиты нередко отождествляют с гиперкомпенсацией.

Рационализация. Этот защитный механизм связан с использованием «хорошего», а не реального обоснования своего поведения. По существу, речь идет о мотивировке, с помощью которой скрываются реальные мотивы поведения и пытаются избежать порицания или наказания.

Таблица 22.2

Основные психоаналитические защитные механизмы по З. Фрейду

Проекция	Желания или чувства, вызывающие страх, экстернализуются и приписываются другим	Основные психоаналитические защитные механизмы Согласно представлению З. Фрейда, Я под влиянием требований Сверх-Я пытается отразить компрометирующие требования инстинктов. В ходе развития человек выстраивает защитные механизмы, чтобы уметь защититься от внутренних раздражителей, т. е. не допустить угрожающие раздражители до сознания
Отрицание	Потенциально травматическая реальность не воспринимается как таковая	
Рационализация	Для проблем, связанных со страхом, ищется разумное объяснение, чтобы избавить их от угрожающего содержания	

Реактивное образование	Неприемлемые, угрожающие импульсы нейтрализуются, трансформируясь в свою противоположность (например, агрессия — в заботливость)	
Вытеснение	Мысли, образы или воспоминания, вызывающие страх, вытесняются в бессознательное или ставится препятствие для их презентации в сознании	
Регрессия	Переход какой-то формы психической организации на более раннюю ступень, характерирзующуюся более простыми структурами	
Сублимация	Приемлемая для данной культуры трансформация социальных инстинктов в какую-либо несексуальную, общепринятую сферу (художественную, интеллектуальную, социальную), где они могли бы раскрыться	
Идентификация	Разрешение конфликта происходит посредством перенимания ценностей, мировоззрения и т. д. какого-то другого лица	

Источник: Клиническая психология / Под ред. М. Перре, У. Баумана. СПб.: Питер, 2002.

Отреагирование. Это защитный механизм, состоящий в непроизвольной эмоциональной разрядке и освобождении от аффекта, связанного с воспоминаниями о травмирующем событии. В результате это воспоминание не становится патогенным или перестает быть таковым. Отреагирование может быть вызванно искусственно в ходе психотерапии.

Психологические защиты делят на *ситуационные* (возникающие в психотравмирующих ситуациях, преходящие и не требующие коррекции) и *стилевые*, отличающиеся устойчивостью и генерализованностью (Психологическая диагностика... 1998).

Под **стилем защиты** понимают относительно постоянную и индивидуально проявляемую систему психотехнических действий, направленных на снятие «внутреннего» конфликта. На развитие стилевых защитных механизмов оказывают влияние:

- динамические особенности психики (например, активность и пассивность как свойство темперамента);
- личный опыт успешности удовлетворения базисных потребностей (в безопасности, в свободе и автономии, в успехе и эффективности, в признании, самоопределении);
- опыт отношений в родительской семье как образец разрешения кризисных жизненных ситуаций;
- хроническая психотравматизация личности.

По данным разных авторов, выраженность защитных механизмов неодинакова. У Р. Плутчика с соавторами (R. Plutchik et al., 1979) на первом месте стоит

механизм интеллектуализации (63%), за ним следуют регрессия (51%), проекция (42%) и компенсация (34%). Согласно Т. В. Тулупьевой (2000), наиболее выражены в ранней юности проекция (67%), интеллектуализация (53%) и компенсация (52%). И. В. Бабаян (2003) выявила, что на первом месте по частоте использования у лиц молодого возраста, выбравших профессию педагога, стоит компенсация (57,6%), затем следуют интеллектуализация (38%), замещение (37%), реактивное образование (36.2%), вытеснение (35,8%) и т. д.

Эти расхождения связаны, очевидно, как с возрастными, так и с индивидуальными и половыми особенностями, о чем, в частности, свидетельствуют результаты, полученные Т. В. Тулупьевой. Она показала, что с одной стороны, уровень проявления всех защитных механизмов высок у замкнутых юношей и девушек, характеризуемых выраженным индивидуализмом, тревожностью и эмоциональной неустойчивостью, а с другой стороны, у разных лиц преобладает тот или иной вид защиты и существуют черты личности, характерные для определенного защитного механизма.

Хорошо известно, что в зависимости от своих индивидуальных особенностей дети по-разному справляются со своим внутренним напряжением. Одни – плачут и грустят, другие – ломают и швыряют вещи, а третьи – играют во что-нибудь. И это, по мнению детей, приносит им облегчение (И. М. Никольская, Р. М. Грановская, 2001, с. 10).

По данным Т. В. Тулупьевой, юноши и девушки с интенсивным *вытеснением* замкнуты, холодны по отношению к окружающим, любят оставаться в одиночестве, независимы, самоуверенны, имеют собственное мнение и стремятся навязать его окружающим. Они обладают низким уровнем субъективного контроля, вследствие чего свои успехи приписывают везению или счастливому случаю, а неудачи — другим людям, или считают их результатом стечения обстоятельств. Им свойственна рассудочность, реалистичность суждений, суровость и некоторая черствость. Они уделяют много внимания планированию поведения, стремятся действовать индивидуально, нейтрально относятся к общегрупповым нормам. В конфликтных ситуациях эти юноши и девушки не учитывают интересы других и не склонны к сотрудничеству. Их стратегия разрешения конфликта — *соперничество*.

Юноши и девушки с интенсивным *отрицанием* общительны, склонны коллективно выполнять какую-либо деятельность, предпочитают коллективное принятие решений, ориентируются на социальное одобрение. Им присущи некоторая расслабленность, излишняя удовлетворенность, беспечность, склонность к риску, жизнерадостность, уверенность в себе. В отличие от предыдущей группы такие люди обладают интернальностью. В конфликтных ситуациях предпочитают прибегать к *приспособлению*.

Юноши и девушки с интенсивной *регрессией* склонны к индивидуализму, не всегда могут контролировать свои желания, робки, зависимы, проявляют покорность и подчиненность. Неуверены в себе, невысоко оценивают свой интеллект. Имеют низкий уровень субъективного контроля. Среди способов регулирования конфликтов предпочитают *сопротивление* и менее всего настроены на компромисс.

Юноши и девушки с активным *замещением*, согласно Т. В. Тулупьевой, эмоционально неустойчивы, возбудимы, экспрессивны, импульсивны, обладают низким самоконтролем, замкнуты, осторожны в общении, склонны к индивидуализму.

Они разрешают конфликты, используя стратегию сопротивления, не проявляют склонности к компромиссу. Для этих юношей и девушек характерен низкий уровень субъективного контроля, логического мышления. Они высоко оценивают свой авторитет у сверстников.

Юноши и девушки с интенсивной *компенсацией* эмоционально неуравновешенны, тревожны, обладают повышенной возбудимостью, вспыльчивостью и низким самоконтролем. Они конформны, застенчивы, покорны, отличаются высокой чувствительностью и низкой самооценкой и уверенностью в себе. У них наблюдается завышенный уровень притязаний, касающийся внешности и авторитета у сверстников. В конфликтных ситуациях склонны к *сотрудничеству* и *приспособлению.*

Психологический портрет юношей и девушек, имеющих высокий уровень интенсивности *реактивного образования*, характеризуется напряженностью, стремлением к индивидуализму, социальной робостью, застенчивостью, покорностью. Эти лица чувствительны, эмпатичны, осторожны, ригидны, практичны, обладают конкретным мышлением. У них проявляется высокий уровень субъективного контроля в области семейных отношений. Они отличаются низкой самооценкой своего интеллекта и авторитета у сверстников. В конфликтных ситуациях предрасположены к такой форме поведения, как *приспособление*, но не избегание.

Юноши и девушки с преобладанием защиты по типу *проекции* робки, застенчивы, чувствительны, конформны, склонны подчиняться. Обладают конкретным и ригидным мышлением, низким уровнем субъективного контроля, самооценки собственного интеллекта и практических умений.

Те, кто имеет интенсивную *рационализацию*, эмоционально неустойчивы, повышенно напряжены. Они практичны, реалистичны, жестки, благоразумны и осторожны, предрасположены самостоятельно принимать решения и следовать по выбранному пути. У них наблюдается высокий уровень внутреннего локуса контроля.

О роли типологических особенностей в использовании тех или иных видов психологическрой защиты свидетельствуют также данные Е. В. Либиной и А. В. Либина (1998). Авторы установили, что лица с преобладанием первой сигнальной системы по И. П. Павлову (или эмоциональный тип по Лазарусу) используют отстранение, избегание, подавление, а лица с преобладанием второй сигнальной системы (рациональный тип по Лазарусу) — проекцию, вытеснение и рационализацию.

22.3. Типология личностей по Келлерману—Плутчику согласно использованию защитного механизма

Г. Келлерман и Р. Плутчик исходили при классификации личностей из того, что, во-первых, существует восемь базовых врожденных склонностей к психическому заболеванию, названных ими диспозициями, и, во-вторых, каждая из последних связана с определенной эмоцией, продуцирующей определенный защитный механизм. Взаимосвязи между этими тремя составляющими (эмоциями, защитным механизмом и склонностью к заболеванию) представлены в табл. 22.3.

Врожденная склонность к психопатологии под действием защитных механизмов формирует характерологические особенности личности.

Таблица 22.3

Взаимосвязи между механизмами психологической защиты, врожденной склонностью к психическому заболеванию, доминирующими эмоциями и характерологическими особенностями

Диспозиция	Эмоции	Защиты	Характерные особенности
Пассивная	Страх	Вытеснение	Робость, инерность, пассивность, избегание, уход в себя, безынициативность, зависимость
Агрессивная	Гнев	Замещение	Агрессивность, раздражительность, конфликтность, независимость
Мания	Радость	Реактивные образования	Энергичность, дружелюбие. Общительность, жизнерадостность, гедонизм, гипертрофированная социабельность
Депрессивная	Печаль	Компенсация	Унылость, подавленность, низкая самооценка
Истерия	Принятие	Отрицание	Доверчивость, внушаемость, отсутствие критичности, селективная невнимательность, склонность к идеализации, эмоциональная незрелость
Параноидальная	Отвращение	Проекция	Подозрительность. Отсутствие внушаемости. Высокая критичность
Обсессивная	Ожидание	Интеллектуализация	Отчуждение от инстинктов и эмоций, жесткий самоконтроль и стремление контролировать окружающую среду, совестливость, опрятность, педантичность
Психопатия	Удивление	Регрессия	Импульсивность, слабость волевого контроля, детская незащищенность

Диспозиция мании. Личность этого типа насыщена энергией, ее цель — участвовать во всевозможных мероприятиях и проектах. Такого человека характеризуют хорошее отношение к людям, дружелюбие, общительность и гипертрофированная социабельность. Преобладающая эмоция — радость; врожденная потребность к избытку приятных стимулов — гедонизм. Защитным механизмом служат реактивные образования (формирование реакций), его цель — только управление поведением. Супер-Эго подавляет привлекательность приятных стимулов. Особенно это касается объектов, влечение к которым социально неодобряемо.

Диспозиция истерии. Для этого типа характерны большая внушаемость, отсутствие критичности, селективное невнимание, а преобладающим способом защиты выступает отрицание. Эмоция принятия и защита с помощью отрицания позволяют этому типу идеализировать объект реагирования (например, истерики часто влюбляются, эмоционально незрелая жизненная позиция человека сводится к полному совпадению его собственного Я и ролевой позиции).

Агрессивная диспозиция. Поведение такого типа прямо противоположно поведению пассивного. Основная эмоция — гнев (раздражение), главная защита —

замещение, служащая управлению агрессией. При отсутствии механизма замещения подобная личность напрямую выражала бы свою агрессивность, что привело бы к возникновению серьезных конфликтов. Этот механизм позволяет направить реакцию агрессии на более безопасный объект.

Диспозиция психопатии. Она противоположна обсессивной диспозиции. У данного человека выражена потребность оставаться в неподконтрольном состоянии. Защита благодаря регрессии позволяет такой личности постоянно разряжать импульсы, возвращаясь время от времени к более или менее зрелым моделям удовлетворения потребностей. Личность этого типа стимулируется чем-либо избыточным из внешней среды, чтобы нейтрализовать внутренний эмоциональный «паралич» и чувство оцепенения, которые возвращают ее к детской незащищенности, она также сама способна неосознанно провоцировать конфликтные ситуации, чтобы получить избыток стимулов. Основная эмоция — удивление.

Депрессивная диспозиция. Подобная личность все время страдает из-за утраты воображаемого объекта и потери самоуважения. Преимущественная эмоция — печаль. Основной способ защиты — компенсация, направленная на то, чтобы избежать чувства депрессии. Компенсация особенно эффективна в поддержании достаточно высокой самооценки. Под влиянием этого механизма происходит выход из состояния подавленности.

Параноидальная диспозиция. Для этого типа характерно отсутствие внушаемости и высокая критичность, преобладающие эмоции — отвращение или неприятие, в качестве защиты используется механизм проекции. Параноидная личность, ощущая собственную неполноценность, выбирает в качестве защиты проекцию, которая позволяет ей этого не замечать; объектом критики становится окружающая действительность.

Пассивная диспозиция. Характеристиками этого типа являются инертность, пассивность, избегание, отшельничество, уход в себя, безынициативность, склонность быть зависимым от кого-либо. Основная эмоция — страх, главный механизм защиты — подавление (вытеснение).

Обсессивная диспозиция. У людей такого типа проявляется стремление контролировать окружающую среду, и в качестве средств для этого выступают антиципация и ожидание. Защита осуществляется посредством интеллектуализации, рационализации и сублимации. Развитие обсессивной личности основано на отчуждении от инстинктов и эмоций, для нее характерны совестливость, опрятность, стремление придерживаться во всем середины, педантичность в сочетании с неспособностью распознавать человеческие эмоции. За этими чертами скрывается тревога потерять контроль.

Концепция Monitor/Blunter Миллера (S. Miller, 1989). Высокая тенденция к контролю, управлению характеризует людей, которые в преддверии опасных ситуаций (например, перед медицинским вмешательством) занимаются поиском новой информации. Так называемые «blunters» предпочитают, наоборот, в тех же самых ситуациях развеяться или разрядиться и избегают информации. Миллер (Miller, 1977) регистрирует оба когнитивных стиля с помощью двух отрицательно коррелирующих ($r = -0,45$) шкал. Эти две тенденции по-разному адаптивны в разных ситуациях. Если контролируемость ситуации высока, то предпосылки для адекватной реакции имеются у людей с сильной склонностью к контролированию и низкой склонностью к «Blunter», а при низкой контролируемости ситуации – наоборот (Miller, 1989) (Клиническая психология / Под ред. М. Перре, У. Бауманна. СПб.: Питер, 2002. С. 369).

22.4. Типы реагирования на фрустрацию

У термина **фрустрация** (от лат. *frustratio* — «расстройство (планов), крушение (замыслов, надежд)») два значения:

- акт блокирования или прерывания поведения, направленного на достижение значимой цели (т. е. обозначение фрустрационной ситуации);
- эмоциональное состояние человека, возникающее после неудачи, неудовлетворения какой-либо сильной потребности, упреков со стороны. Оно сопровождается возникновением сильных эмоций: враждебности, гнева, вины, досады, тревоги.

Фрустрацию вызывает непреодолимое для человека препятствие, блокирующее достижение поставленной им цели.

С точки зрения С. Розенцвейга (S. Rosenzweig, 1960), всякая реакция на такой фрустратор служит поддержанию равновесия внутри *организма*. Отечественные же психологи справедливо считают, что состояние фрустрации — это реакция *личности*.

Возникает таковое не сразу. Для его появления требуется преодолеть так называемый *фрустрационный порог*, который индивидуален у разных людей. Он определяется рядом как ситуационных, так и личностных аспектов:

- повторением неудовлетворенности: вновь случившаяся неудача наслаивается на эмоциональный след от прежней;
- этапом деятельности: если препятствие возникает в ее начале, агрессия выражена слабее, нежели в том случае, когда неудача постигла человека в самом конце;
- глубиной неудовлетворенности: чем сильнее была потребность, тем ниже порог фрустрации;
- эмоциональной возбудимостью человека: чем она выше, тем ниже фрустрационный порог;
- уровнем притязаний личности, привычкой к успеху: чем дольше человек не терпел неудачу, тем ниже порог фрустрации.

Было также установлено (B. Fagot, 1978; W. Hartup, 1958), что девочки легче подвергаются фрустрации, чем мальчики. Однако эта закономерность не абсолютна. Ряд психологов полагают, что мальчики испытывают бóльшую фрустрацию в ситуациях, связанных с высказываниями. Как определили М. Принс (M. Prince, 1993) и М. Линн (M. Lynn, 1991), у женщин более сильная фрустрация вызвана отсутствием денег.

Кроме того, легкость возникновения состояния фрустрации зависит и от выраженности свойства силы нервной системы: у лиц со слабой нервной системой это состояние возникает при меньшем числе неудач, чем у лиц с сильной нервной системой.

Типы фрустрационного поведения. Фрустрация влияет на деятельность человека по-разному. В одних случаях она мобилизует для достижения отдаленной по времени цели, усиливает мотив. Однако при этом формы поведения могут носить импульсивный и иррациональный характер. В других случаях фрустрация демобилизует человека, который либо стремится путем замещающих действий

уйти от конфликтной ситуации (запрещенная или недостижимая цель выполняется мысленно либо только частично или решается похожая задача), либо вообще отказывается от деятельности.

Согласно С. Розенцвейгу, фрустрация по своей направленности имеет три поведенческие формы (реакции): экстрапунитивную, интрапунитивную, импунитивную.

Экстрапунитивная форма связана с возникновением внутреннего «подстрекателя» к агрессии, с направленностью реакции искать виновного вовне. Человек обвиняет в случившемся обстоятельства, других людей. У него появляются раздражительность, досада, озлобленность, упрямство, стремление добиться поставленной цели во что бы то ни стало. Поведение вследствие этого становится непластичным, примитивным, используются его ранее заученные формы, даже если они и не приводят к нужному результату. На основании этого возникла даже фрустрационная теория агрессии, которую предложили Дж. Доллард и др. (J. Dollard et al., 1939). Авторы полагают, что агрессия — это не автоматически возникающее в недрах организма влечение, а следствие препятствий, стоящих на пути целенаправленных действий субъекта, или же ненаступления того состояния, к которому человек стремился.

Интрапунитивная форма фрустрации характеризуется аутоагрессией, когда человек обвиняет в неудаче самого себя, у него появляется чувство вины. В результате рождаются подавленное настроение, тревожность, человек становится замкнутым, молчаливым. При решении задачи он возвращается к более примитивным формам, ограничивает виды деятельности и удовлетворение своих интересов.

Импунитивная форма реагирования связана с отношением к неудаче либо как к неизбежному, фатальному, либо как к малозначимому событию, исправимому со временем. Человек не обвиняет ни себя, ни других.

По данным Н. В. Тарабриной (1973) и К. Д. Шафранской (1976), чаще всего (50% случаев) преобладают экстрапунитивные реакции, почти вдвое реже встречаются интрапунитивные (самообвинительные) (27%) и еще реже импунитивные (23%). У мужчин больше экстрапунитивных реакций, а у женщин — интрапунитивных.

Н. П. Фетискин (1982) обнаружил, что субъектам с экстрапунитивной формой реагирования присущи сильная нервная система и подвижность нервных процессов, а демонстрирующим импунитивную и интрапунитивную формы — слабая нервная система и инертность нервных процессов. Связь различных форм реагирования на фрустрацию с типологическими особенностями установлена и в других исследованиях (Т. О. Амон, 1975).

Появление состояния фрустрации и той или иной формы реагирования зависит от личностных особенностей человека, поэтому было предложено понятие *фрустрационной толерантности*, т. е. устойчивости к факторам, вызвавшим фрустрацию.

Лица со слабой нервной системой чаще проявляют интрапунитивную форму фрустрации, с сильной нервной системой — экстрапунитивную (агрессию). В. Е. Василенко (1998) утверждает, что экстрапунитивные реакции связаны с интеллектом отрицательным образом, а интрапунитивные и импунитивные — положительным. У школьников младших классов преобладают первые формы реаги-

рования. В. Хармаз (1997) выявил у эмигрантов из Ирака, живущих в Швеции, выраженную импунитивную направленность, особенно у мужчин. У их детей преобладали эгозащитные и интрапунитивные реакции, отражающие склонность к самообвинению. У русских детей, по данным того же автора, с возрастом уменьшается число экстрапунитивных реакций, что свидетельствует, по его мнению, о снижении потребности непосредственно и открыто выражать свои эмоции. У иракских детей-эмигрантов такой тенденции не отмечается: импунитивный тип реагирования доминирует во всех возрастных группах, что В. Хармаз связывает с особенностями воспитания этих детей (повышенная зависимость от более старших, склонность к подчинению, послушанию).

Как показано М. А. Гулиной (1987), экстрапунитивные реакции наиболее характерны для лиц экстравертированного и тревожного типа, высокоэмоциональных; интрапунитивные же свойственны в большей мере интровертам со средним уровнем тревожности и в меньшей — интровертам с повышенной тревожностью и эмоциональностью.

Изучение типов и направленности фрустрации в группах мужчин и женщин, которое провел И. А. Юров (1981), показало: в частоте проявления типов реакций (*O—D* — подчеркивание наличия препятствий, препятственно-доминантный тип; *N—P* — акцентирование на достижении результата, разрешающий тип; *E—D* — акцент на самозащите, самозащитный тип) особых различий нет, а по направленности у мужчин несколько чаще встречается вариант *E* (поиск виновного вовне, экстрапунитивные реакции), а у женщин — вариант *M* (отсутствие обвинений, безобвинительные реакции) (табл. 22.4). Относительно варианта *I* (интрапунитивных. самообвинительных реакций) различий между мужчинами и женщинами выявлено не было.

Таблица 22.4

Средние значения типов и направленности фрустрированности мужчин и женщин, % случаев

Испытуемые	Тип реакции			Направленность реакции		
	O—D	*E—D*	*N—P*	*E*	*I*	*M*
Мужчины	33,7	47,5	18,7	44,2	22,0	33,7
Женщины	34,0	48,5	17,5	38,5	23,0	38,5

По данным В. А. Якунина (1981), по направлению реакций преобладали внешнеобвинительные реакции (58,7%), а по типу — самозащитные (46,7%), что соответствует тенденциям, выявленным И. А. Юровым. Интеркорреляционный анализ показал, что лица с преобладанием внешнеобвинительных реакций менее склонны проявлять реакции разрешающего типа. Последний тип склонны проявлять лица с самообвинительным направлением реакций, которым, однако, несвойственны реакции самозащитного типа. Субъекты, у которых наблюдается преобладание безобвинительных реакций, с большей частотой проявляют реакции препятственно-доминантного типа и в меньшей степени — самозащитного типа.

В этом исследовании выявлены связи типов фрустрационного реагирования с рядом личностных особенностей (по Кеттеллу). Так, внешнеобвинительные

реакции положительно связаны с эмоциональной лабильностью (*QIII*), а самообвинительные реакции – положительно с робостью (фактор *O*) и интроверсией и отрицательно – с доминированием (фактор *E*) и тревожностью (*QII*). Безобвинительные реакции положительно связаны и с динамизмом (фактор *F*), реалистичностью (фактор *M*) и отрицательно — с робостью и интроверсией. Препятственно-доминантный тип отрицательно связан с рафинированностью (фактор *N*), разрешающий тип — отрицательно с консерватизмом (фактор *QI*), а самозащитный тип реакции — положительно с радикализмом и рафинированностью.

В социально-фрустрирующей ситуации женщинам более присуща интрапунитивная направленность реакции, связанная с самообвинением (А. И. Винокуров, 1996).

> Эмпирически описаны несколько классификаций стилей морального поведения: интегрированный – неинтегрированный (Хортшорн и Мэй, 1930), покорный – тревожный – агрессивный – конструктивный (Пулккинен, 1987), прагматический – альтруистический (Валантинас, 1989) (*Терешкин А. Ф.* Системное исследование интегральности. Пермь, 1991. С. 91).

ГЛАВА 23

Индивидуальные особенности и патология

В англоязычной литературе утверждается, что одним из первых исследователей, предположившим связь болезней с определенным психическим складом личности, т. е. наличием психосоматических заболеваний, был Александер (см.: Suls, Rittenhouse, 1987). Этот ученый полагал, что существует семь психосоматических заболеваний (язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки, гипертония, бронхиальная астма и др.), которые обусловлены определенными личностными особенностями. Однако справедливости ради надо заметить: еще Гален во II в. говорил, что «меланхолические» женщины предрасположены к заболеванию раком молочной железы, и вряд ли на столь длинном пути развития медицины он был единственным, кто связывал возникновение тех или иных заболеваний с психическим складом человека.

Со временем сформировались три подхода к изучению рассматриваемого вопроса (Krantz, Hedges, 1987).

1. Подход этиологический (*aetiological trait approach*) постулирует положение, что у людей с определенными личностными характеристиками существуют специфичные болезни, т. е. причиной таковых становится сам субъект.
2. Второй подход (*stress moderators*) связан с изучением личностных особенностей, усиливающих или ослабляющих влияние стресса. Его смысл состоит в том, что личностные особенности лишь опосредуют влияние внешней причины болезни, общей для всех людей (Ranchor, Sanderman, 1991).
3. Третий подход направлен на изучение отношения людей к болезни в связи с их личностными особенностями. Предполагается, что последние влияют на восприятие собственного здоровья и вероятность обращения за медицинской помощью.

Можно к этому списку добавить еще и четвертый подход — изучение того, как одни и те же терапевтические средства воздействуют на людей с разной типологией. Например, в исследовании Е. Т. Лильина с соавторами (1982) показано, что реакция на прием гипертониками разовой дозы использовавшегося ими препарата зависит от силы — слабости нервной системы. У тех больных, кто отличался ее силой, происходит ухудшение функционального состояния, а у больных со слабой нервной системой — улучшение. При оценке эффективности лечения людей со слабой нервной системой хороший эффект был получен в 72% случаев, а больных с сильной нервной системой — только в 21% случаев. Не было эффекта от лечения соответственно в 20 и 53% случаев.

Мы провели клинико-анамнестическое и частично объективное психолого-физиологическое обследование 425 человек, которые после воздействия острой или хронической психической травмы вынуждены были обратиться за психотерапевтической помощью.

Различные формы проявления фрустрации в 82% случаев трансформировались в сложные невротические и в 18% – в психотические синдромы, причем особенности симптоматики зависели не столько от значимости фрустратора (его остроты, массивности и длительности воздействия), сколько от типологических свойств нервной системы, функционального состояния и общего соматического благополучия человека в период воздействия психической травмы.

У представителей сильного типа нервной системы состояние фрустрации развивалось обычно после длительной, массивной психической травмы и выступало наиболее часто в виде разнообразных стенических реакций. Невротическая симптоматика проявлялась при этом в форме гиперстении, разнообразных навязчивостей, кардиофобий, в то время как психотическая – в форме сверхценных переживаний и депрессий. Механизм самозащиты во время параксизмальных сомато-психических нарушений, как правило, были активно противодействующими и проявлялись в форме активных физических движений, форсирования дыхания, переключения внимания на внешние предметы или в воспроизведении положительно окрашенных воспоминаний. У больных этой группы быстро и стойко формировалась психическая саморегуляция с использованием активно противоборствующих приемов самозащиты.

У лиц с признаками слабого типа нервной системы состояние фрустрации наступало не только от воздействия острой и сильной психической травмы, но порой и от незначительных по силе, а чаще от воздействия длительных неблагоприятных ситуаций. Невротическая симптоматика проявлялась у этих лиц, как правило, в форме астении, симптомов «выпадения» (мутизм, блефароспазм, параличи и т. п.); психотическая симптоматика – в форме сужения сознания, эмоционально-аффективных реакций и т. п. При невротической сомато-психической симптоматике механизмы самозащиты носили пассивно-оборонительный характер: больные избегали волнующих ситуаций, физического и психического напряжения, обращались за помощью к близким, настаивали на госпитализации. Инициативы в выработке приемов активного сопротивления болезни не проявляли. Склонны были к успокаиванию и утешению со стороны. Охотно принимали сочувствие (в отличие от представителей сильного типа, которые нередко реагировали протестом на немотивированное утешение).

Лица, характеризующиеся свойствами слабого типа нервной системы, склонны прогнозировать пессимистический исход в разрешении психотравмирующей ситуации и проявлять неверие в выздоровление (И. Ф. Мягков, А. И. Лакомкин, 1982, с. 107–108).

23.1. Типы личности, предрасположенные к определенным болезням

Предрасположенность людей с определенным темпераментом и характером (энергичных, увлекающихся и честолюбивых, всегда стремящихся вперед на всех парах) к грудной жабе впервые была отмечена Ослером в 1910 г. (см.: Eysenck, 1985).

Вообще-то представление о предрасположенности определенных *типов личности* к тем или иным болезням всегда присутствовало в мышлении врачей. Э. Кречмер, например, считал, что индивиды с шизотимическим темпераментом предрасположены к шизофрении, циклотимики — к маниакально-депрессивному психозу, а иксотимический тип темперамента способствует заболеванию эпилепсией. И. П. Павлов предполагал, что холерики склонны к неврастении, а меланхолики — к истерии. Следуя павловским традициям, И. М. Аптер (1966) сопоставлял тип нервной системы с разными формами неврастении и пришел к следующему выводу: большинство больных (56%) имели слабую нервную систему, т. е. были меланхоликами. Затем в процентном отношении оказались холерики, а наименьший контингент среди этих больных составляли сангвиники и флегматики.

Наряду с корреляциями между болезнью и темпераментом обнаружились также соотношения между определенными болезнями и отдельными чертами личности. Г. Айзенк утверждает, что высокий нейротизм у интроверта способствует дистимии, проявляющейся в маниакальном поведении (навязчивых представлениях), которое сопровождается сильным страхом. Высокий нейротизм в сочетании с выраженной экстравертированностью ведет к психопатии и истерии.

Такое понятие, как меланхолия, отражает интуитивное знание о большой распространенности депрессивных черт среди лиц, страдающих расстройством желчного пузыря. Общеизвестна связь сердечных заболеваний с тревогой. Говорят и о пептически-язвенной личности — жестком, энергичном, предприимчивом типе. Обнаружено, что у многих больных пептической язвой имеются зависимые (женские) черты личности.

Однако все подобные наблюдения были эпизодическими. В дальнейшем удалось описать и определенные статистические корреляции между болезнью и типом личности. Это позволило в рамках сомато-психологического направления в зарубежной медицине выделить два типа поведения — А и Б. Первое демонстрируют те люди, которые отличаются энергичностью, неугомонностью, нетерпением, стремлением добиться максимальных результатов как можно быстрее, честолюбием (амбициозностью) и состязательностью, враждебностью. Мужчины такого типа более экстравертированы, импульсивны, агрессивны, доминантны, самоуверенны, склонны к риску, быстро мыслят. При этом у них имеется склонность к коронарным заболеваниям (стресс-коронарный тип). Так, показано, что 75% всех случаев заболеваний сердца обусловлены различными аспектами личности типа А.

Лица типа Б более заторможены, интровертированы, покорны, почтительны, добросовестны. Они чаще (по сравнению с представителями типа А) подвержены онкологическим и желудочно-кишечным заболеваниям (M. A Chesney et al., 1981; M. Fridman, R. Rosenman, 1974; P. Heaven, 1989; P. Costa, R. McCrae, 1987), но редко страдают сердечными недугами до 70 лет, независимо от того, чем они занимаются и каковы их привычки.

В целом личностям типа А присущи две основные особенности: чрезвычайно высокая соревновательность и постоянное ощущение цейтнота.

Кроме того, выявлено, что с предрасположенностью к сердечным заболеваниям коррелируют враждебность, гневливость, неуживчивость и личностная включенность, «энергичная манера говорить», раздражение, испытываемое от стояния в очередях (G. Bishop, 1994; S. Booth-Kewley, H. Friedman, 1987; N. Dembroski, P. Costa, 1987; M. Scheier, M. Bridges, 1995; J. Seigel, 1982). Установлено, что склонность к вербальной агрессии — более надежный прогностический признак сердечных заболеваний, чем гнев, раздражительность или обидчивость (T. Smith, P. Williams, 1992). Вместе с тем неуживчивость (несговорчивость) представляется более точным прогностическим индикатором заболеваний сердца, чем невротическая враждебность.

Гроссарт-Матичек и Айзенк (Grossarth-Maticek, Eysenck, 1990) показали, что заболевания сердца коррелируют с повышенной возбудимостью и склонностью к агрессии. Эти данные подтверждаются и другими авторами. Отмечено также, что низкий уровень субъективного контроля также связан с риском сердечно-сосудистых заболеваний (Shapiro et al., 1996).

Характеристика людей типа А и Б. Люди типа А едят, двигаются и ходят быстро, а говорят отрывисто. В разговоре они интонационно подчеркивают некоторые слова, а конец фразы произносят значительно быстрее, чем начало.

Люди, принадлежащие к типу А, постоянно «подгоняют» своих собеседников, повторяя «да», «да» или даже договаривая за них отдельные фразы. Они выходят из себя, если автомобиль впереди «ползет как черепаха», а очередь в театре или в ресторане продвигается слишком медленно. Читая, они быстро пробегают текст глазами и предпочитают выводы и краткое изложение содержания книг.

Люди типа А могут во время разговора с кем-либо думать совершенно о другом или есть сидя за рулем, потому что стремятся успеть сделать за определенное время как можно больше.

Люди типа А испытывают чувство вины, когда уходят в отпуск или позволяют себе расслабиться на несколько часов. Им нужна изобилующая стрессами, совершаемая в быстром темпе, соревновательная по своей сути и требующая большого напряжения работа. Если им кажется, что подчиненные или коллеги работают слишком медленно, они не скрывают ни своего нетерпения, ни гнева.

Они стараются «втиснуть» в свое расписание больше дел, чем могут выполнить их надлежащим образом. Они бегут, что называется, впереди паровоза, сами загоняют себя в жесткие временные рамки и не позволяют себе отступать от намеченных целей. Поэтому они постоянно находятся в цейтноте.

Люди типа А с головой уходят в работу и испытывают большую потребность в достижениях и во власти.

Люди типа А нервно жестикулируют, чтобы подчеркнуть то, о чем говорят, например сжимают кулаки или сопровождают свои слова ударами по столу. Эти жесты – проявление того напряжения, в котором они постоянно пребывают.

Люди типа А думают о своих достижениях и о своей значимости исключительно в количественных показателях. Для управленцев, относящихся к типу А, это их заработная плата и прибыли их компании, для хирургов – количество сделанных операций, а для школьников – количество отличных отметок. Люди типа А сосредоточены преимущественно не на качественных, а на количественных сторонах их жизни.

Люди типа А не замечают ни прекрасных восходов, ни появления первых весенних цветов. Они не могут ответить на вопрос о мебели или деталях интерьера офиса или дома, из которого они только что вышли.

Люди типа Б менее подвержены производственным и бытовым стрессам. Они меньше страдают от их пагубных последствий, хотя работают столь же напряженно и в не менее стрессовой обстановке.

Люди типа Б в неблагоприятной ситуации не отступятся от намеченного и будут стараться действовать с максимально возможной в данных условиях эффективностью (*Шульц Д., Шульц С.* Психология и работа. СПб.: Питер, 2003. С. 440–441).

Возникает вопрос: почему поведение типа А становится прогностическим признаком стенокардии? Ответ ищут в том, как люди, демонстрирующие данный тип, реагируют на ситуации, вызывающие стрессоподобные состояния. Установлено, что такие лица испытывают большее психическое напряжение, чем относящиеся к типу Б (J. Eaglestone et al., 1986).

По некоторым данным, поведение типа А может формироваться у детей в результате научения в семье: родители, которые сами демонстрируют такой тип, часто и своего ребенка стимулируют к многократным попыткам добиваться успеха и более критично относятся к их достижениям (C. Thoresen, 1991).

В связи с тем что характеристики личности очень сильно варьируют среди пациентов с одним и тем же заболеванием, высказываются сомнения (например, Дембровски и Коста [Dembrowski, Costa, 1987]) в том, следует ли безоговорочно принять выделяемые в типах А и Б характеристики личности, и указывается, что следует учитывать культурное происхождение и возрастное распределение рес-

пондентов. Скорее всего, можно говорить лишь о некоторых более или менее значимых статистических закономерностях.

Наиболее обоснованным следует считать профиль больного, страдающего ишемической болезнью сердца. Это человек, все время пребывающий в борьбе, очень упорный и сдержанный, нацеленный на успех и достижения. Он строит долгосрочные планы; придает себе представительный вид. Демонстрирует высокую степень того, что Фрейд называл «принципом реальности» — способностью отложить на время свои действия и подчинять их долгосрочным целям.

Ф. Данбар (F. Dunbar, 1943) противопоставила такого человека лицам, склонным к несчастным случаям (частым переломам, травмам). Это подверженные риску, неорганизованные, импульсивные люди, живущие настоящим, а не будущим. Корреляция между склонностью к импульсивным действиям и отсутствию терпимости к внешней или внутренней дисциплине, с одной стороны, и склонностью к несчастным случаям — с другой, имеет определенную причинную связь. Действия такого человека безрассудны, и в то же время он склонен к самонаказанию и страданию.

Предрасположенность к аварийным ситуациям. Сторонники теории предрасположенности к аварийным ситуациям исходят из того, что одни люди более других «настроены» на несчастные случаи и что большинство аварий происходит либо по их вине, либо с их участием. Согласно этой теории, вероятность того, что предрасположенные к несчастным случаям люди окажутся их участниками или жертвами, весьма велика и не зависит от характера ситуации. Эффективный способ проверки справедливости подобных утверждений – сравнение количества несчастных случаев, произошедших с одними и теми же людьми в разные периоды жизни: подобный подход позволяет понять, является ли предрасположенность к аварийным ситуациям стабильным личностным качеством человека. Коэффициенты корреляции, рассчитанные на основании результатов этих исследований, невысоки, а это значит, что «аварийное прошлое» человека не будет валидным прогнозирующим показателем его «аварийного будущего».

Психолог Де Ример, автор исследования, ныне ставшего классическим, подверг проверке статистику несчастных случаев, которую первоначально рассматривали как подтверждение теории предрасположенности к аварийным ситуациям (De Reamer, 1980). До него на основании анализа досье 30 000 водителей было установлено, что менее 4% из них виновны в 36% всех аварий, случившихся в течение 6 лет. На основании этого анализа был сделан вывод о том, что большое число дорожно-транспортных происшествий произошло по вине сравнительно немногочисленной группы водителей и что если бы их можно было лишить возможности водить машину, количество аварий на дорогах уменьшилось бы более чем на одну треть. Когда Де Ример сравнил эти результаты с результатами раздельного изучения статистики аварий за первую и вторую половины этого шестилетнего периода, выяснилось, что они произошли по вине разных водителей. Те из водителей, которые по итогам первых 3 лет были признаны «безаварийными», оказались виновниками более 96% всех дорожно-транспортных происшествий, случившихся в течение последующих 3 лет, – факт, нанесший серьезный удар по теории предрасположенности к несчастным случаям.

Ныне эта теория уже не пользуется таким доверием, как прежде, хотя есть свидетельства в пользу того, что в определенных сферах деятельности одни люди более, чем другие, склонны к созданию аварийных ситуаций. Предрасположенность к несчастным случаям может быть обусловлена конкретными особенностями труда, а не является тенденцией, присущей человеку в любых ситуациях, что ограничивает прогностическую валидность теории предрасположенности к аварийным ситуациям (Там же. С. 407–408).

Результаты ранних исследований личностных качеств индивидуумов, принадлежащих к типам А и Б, которые были выполнены в 1960–1970-х гг., позволяют говорить о существовании прямой зависимости между поведением, соответствующим типу А, и коронарной болезнью. Авторы более поздних

работ менее категоричны в этом вопросе, хотя мало кто из психологов готов признать полное отсутствие какой бы то ни было связи между этими явлениями. Например, метаанализ 87 исследований выявил слабую зависимость между поведением, характерным для людей типа А, и болезнями сердца, но более тесную корреляцию между болезнями сердца и депрессией и такими эмоциями, как гнев и враждебность. Авторы этого метаанализа считают, что человек, предрасположенный к коронарной болезни, – не обязательно типичный трудоголик, скорее это человек, движимый такими негативными эмоциями, как гнев и беспокойство (Booth-Kewley, Friedman, 1987).

Другие исследователи не считают депрессию и чувство тревоги факторами, способствующими развитию болезни сердца, но подчеркивают роль враждебности и нетерпения. Выше мы уже говорили о том, что люди, относящиеся к типу А, настроены исключительно враждебно по отношению к окружающим, но умело скрывают это. Следовательно, вывод о существовании связи между болезнями сердца и личностными качествами остается в силе, но под личностными качествами понимают другие характеристики, а не те, что первоначально связывались с поведением, присущим индивидуумам типа А (Шульц Р., Шульц С., с. 441–442).

Однако взаимосвязь между определенными типами личности и ишемической болезнью сердца более сложна. Распространенность инфаркта миокарда среди пациентов таких профессиональных групп, как врачи, адвокаты, администраторы, и лиц, несущих большую ответственность, свидетельствует, что данное заболевание оказывается едва ли не профессиональным.

Возможно, что определенный образ жизни, особенности психического напряжения порождают соматические условия, способствующие прогрессирующим изменениям в сосудистой системе и приводящие к ишемической болезни, т. е. взаимосвязанными оказываются образ жизни и болезнь. В свою очередь определенный образ жизни объясняется склонностью лиц с определенным типом личности заниматься деятельностью, сопряженной с высокой ответственностью. Таким образом, личностные особенности — вторичный, а не первичный фактор сердечно-сосудистой патологии.

Выявлено также, что определенные расстройства вегетативных функций скорее связаны со специфическими эмоциональными состояниями, чем с личностными свойствами, описанными в профилях личности. Так, постоянно испытываемая враждебность может коррелировать с хроническим повышением кровяного давления, а склонность к поиску помощи — с усиленной желудочной секрецией. Однако эти эмоциональные состояния могут встречаться у лиц с совершенно разным типом личности. Отсюда ряд ученых делает вывод, что никакой корреляции между личностью и болезнью нет; существует четкая корреляция между определенными эмоциональными состояниями и какими-либо вегетативными иннервациями. Статистическая достоверность корреляций между типом личности и соматической болезнью, по мнению этих ученых, относительна, и зачастую корреляции случайны.

Выделяют также тип С, т. е. людей, предрасположенных к заболеванию раком. Их психологическими особенностями выступают контроль над эмоциями (подавление их), неспособность выразить отрицательные эмоции, низкий уровень экспрессивности, депрессия, чувство отчаяния, беспомощности, примирение с угнетением, избегание конфликтов, неумение настоять на своем, услужливость, излишняя терпеливость, низкий нейротизм (S. Greer, T. Morris, 1975; R. Contrada et al., 1990; H. Eysenck, 1994). Айзенк считает, что все эти факторы можно свести к двум: к подавлению эмоций и неадекватным стилям совладания (например, отрицаниям).

23.2. Личностные особенности и здоровье

То, что личностные особенности могут способствовать сохранению здоровья или, наоборот, затруднять его, продемонстрировано многими исследованиями. Смит и Вильямс (Smith, Williams, 1992) отмечают, что личностные особенности влияют на длительность и интенсивность стрессовых реакций, а через них — и на возникающие из-за стресса болезни.

Считается, что такие качества, как активность и оптимизм связаны с хорошим здоровьем, а пессимизм, пассивность — с болезнью (M. Scheier, C. Carver, 1987). Оптимизм способствует здоровому образу жизни (Petersen et al., 1998), улучшает работу иммунной системы (Scheier et al., 1999; Segerstrom et al., 1998).

В возникновении депрессии и неблагоприятном долгосрочном прогнозе показателей здоровья большую роль играют внутренний локус контроля, нестабильность и слабый контроль над ситуацией. Негативные ожидания в сочетании со слабостью контроля повышают вероятность появления патологической симптоматики, а оптимистический настрой, наоборот, снижает такую вероятность (L. Wenglert, A. Rosen, 1995).

Факт того, что оптимисты кажутся более здоровыми, чем пессимисты, может объясняться следующим: они в большей мере склонны к поведению, способствующему сохранению и укреплению здоровья. Оптимисты гораздо чаще преодолевают трудности, сосредоточиваясь на проблеме, а не на своих эмоциях. Они выходят из стрессовых ситуаций, используя более активные копинг-стратегии. Больше занимаются физическими упражнениями (M. Kavussanu, E. McAuley, 1995), последовательнее в соблюдении рекомендуемых медициной правил сохранения здоровья (Scheier, Carver, 1987). У оптимистов наблюдается меньшая сердечно-сосудистая реакция в стрессовых ситуациях, вследствие чего снижается риск заболевания. У пессимистов же часто появляется чувство отчаяния, а последнее связано с суицидами.

С. Кобаса (S. Kobasa, 1982) выделил *стойкую* личность, устойчивую к стрессу, которая имеет много общего с оптимистами (у нее существует «оптимистическая ориентация», а компонентами стойкости выступают верность себе и своему делу, желание испытать собственные силы и контроль над событиями). Автор считает, что по стойкости можно прогнозировать здоровье, поскольку исход зависит от того, как человек воспринимает происходящие вокруг события. Оптимистично настроенный человек полагает стрессовое событие менее стрессовым, поэтому у него выше шансы его преодолеть. Хотя концепция стойкости и находит определенное подтверждение (J. Hull et al., 1988), широкого распространения она не получила. Более того, обнаружено, что стойкость не смягчает влияние стресса (S. Funk, K. Houston, 1987).

Стрикленд (Strickland, 1989) проанализировал литературу, посвященную связи локуса контроля с состоянием здоровья, и отметил: внутренний локус контроля в большей способствует сохранению здоровья, чем внешний локус контроля. Это объясняется тем, что люди, обладающие внутренним локусом контроля, больше интересуются информацией о здоровье и активно контролируют его состояние у себя. Установлено также, что невысокая степень субъективного контроля приводит к подавлению иммунной системы. Способствует лучшему сохранению здоровья и такая черта личности, как добросовестность: обладающие ею люди

более тщательно выполняют предписания врачей и прислушиваются к советам о сохранении здоровья, получаемых из средств массовой информации.

Экстраверты с высоким уровнем нейротизма чаще демонстрируют истерическую симптоматику и более высокую психопатичность. У интровертов же с высоким уровнем нейротизма более часты дистимические проявления, фобии и психастенические расстройства[1].

23.3. Типы отношения людей к своей болезни[2]

Отношение к болезни, как и вообще любое отношение, индивидуально, избирательно, сознательно, т. е. отражает индивидуальный, или личностный, уровень. Но при всей неповторимости, уникальности его можно описать и как принадлежащее к определенным психологическим типам, т. е. выявив сходство с отношениями других людей. А. Е. Личко и Н. Я. Иванов (1980) выделили двенадцать типов отношения: 1) сенситивный, 2) тревожный, 3) ипохондрический, 4) меланхолический, 5) апатический, 6) неврастенический, 7) эгоцентрический, 8) параноййяльный, 9) анозогнозический, 10) дисфорический, 11) эргопатический, 12) гармоничный.

Сенситивный тип характеризуется чрезмерной ранимостью, озабоченностью возможными неблагоприятными впечатлениями, которые на окружающих могут произвести сведения о болезни. У больных такого типа существуют опасения, что окружающие станут жалеть, считать неполноценным, пренебрежительно или с опаской относиться, распускать сплетни и неблагоприятные слухи о причине и природе болезни и даже избегать общения с больным. Они боятся стать из-за болезни для близких обузой и страшатся неблагожелательного отношения с их стороны. Им присущи колебания настроения, связанные главным образом с межличностнымии контактами.

Тревожный тип (тревожно-депрессивный и обсессивно-фобический) характеризуется непрерывным беспокойством и мнительностью, связанными с неблагоприятным течением болезни, возможными осложнениями, неэффективностью и даже опасностью лечения. Поиск новых способов лечения, жажда дополнительной информации о болезни и методах лечения, поиск «авторитетов», частая смена лечащего врача — вот особенности поведения больных этого типа. У таких людей заметнее интерес к объективным данным (результатам анализов, заключениям специалистов), нежели к субъективным ощущениям. Поэтому они предпочитают услышать о протекании заболевания других, а не предъявлять без конца свои жалобы. Настроение у них тревожное, угнетенное, психическая активность снижена.

Обсессивно-фобическому варианту этого типа свойственна тревожная мнительность. Она вызвана прежде всего опасениями не реальных, а маловероятных осложнений болезни, неудач в лечении, а также возможными (но малообоснованными) неудачами в жизни, работе, во взаимоотношениях с близкими, на которые может наложить отпечаток болезнь. Воображаемые опасности волнуют таких людей более, чем действительные. Защитой от тревоги становятся приметы и ритуалы.

---

[1] Неврозы и неврозоподобни состояния / Под ред. Н. Антонова. София, 1983. С. 174.

[2] Описание типов дается по книге: Усовершенствованный вариант опросника для психологической диагностики типов отношения к болезни. Методические рекомендации. СПб., 2001.

Ипохондрический тип связан с чрезмерным сосредоточением на субъективных болезненных и иных неприятных ощущениях. Эти больные стремятся постоянно рассказывать о таких ощущениях врачам, медперсоналу и окружающим. Они преувеличивают действительные и выискивают несуществующие болезни и страдания, неприятные ощущения в связи с побочными действиями лекарств и диагностических процедур. У них сочетаются желание лечиться и неверие в успех, постоянные требования тщательного обследования у авторитетных специалистов и боязнь вреда и болезненности процедур.

Меланхолический тип (витально-тоскливый) сверхудручен болезнью, не верит в выздоровление, в возможное улучшение, в эффект лечения. У него отмечаются активные депрессивные высказывания, порой и суицидные мысли. Обладает пессимистическим взглядом на все вокруг. Сомневается в успехе лечения даже при благоприятных объективных данных и удовлетворительном самочувствии.

Апатический тип характеризуется полным безразличием к своей судьбе, к исходу болезни, к результатам лечения. Пассивно подчиняется процедурам и лечению при настойчивом побуждении со стороны. Интерес к жизни, ко всему, что ранее волновало, утрачен. Наблюдаются вялость и апатия в поведении, деятельности и межличностных отношениях.

Анозогнозический тип (эйфорический) активно отбрасывает мысли о болезни, о возможных ее последствиях, иногда даже отрицая очевидное. Признав болезнь, отгоняет мысли о ее возможных последствиях. Такие больные склонны рассматривать симптомы болезни как проявление «несерьезных» заболеваний или случайных колебаний самочувствия. Поэтому они нередко отказываются от врачебного обследования и лечения, хотят «сами разобраться» и «обойтись своими средствами» в надежде на то, что «само собой все обойдется». При эйфорическом варианте наблюдается необоснованно повышенное настроение, пренебрежительное, легкомысленное отношение к болезни и лечению, нарушения режима и врачебных рекомендаций.

Эргопатический тип (стенический) отличается «уходом от болезни в работу». Для подобных людей характерно сверхответственное, подчас одержимое отношение к работе, которое в ряде случаев бывает выражено в большей степени, чем до болезни. Наблюдается избирательное отношение к обследованию и лечению, обусловленное стремлением, несмотря на тяжесть заболевания, продолжать работу. Это вызвано желанием во что бы то ни стало сохранить профессиональный статус и возможность продолжать активную трудовую деятельность в прежнем качестве.

Неврастенический тип характеризуется поведением типа «раздражительной слабости». Отмечаются вспышки раздражения, особенно при болях, при неприятных ощущениях, при неудачах лечения. Раздражение нередко изливается на первого попавшегося и завершается раскаянием и угрызениями совести. Не умеет и не желает терпеть боль, нетерпелив в обследовании и лечении.

Эгоцентрический (истероидный) тип «принимает» болезнь и ищет выгоду в связи с ней. Выставляет напоказ близким и окружающим свои страдания и переживания, чтобы вызвать сочувствие и полностью завладеть вниманием людей. Требует исключительной заботы о себе в ущерб другим делам и заботам, проявляет полное невнимание к близким. Разговоры окружающих такие люди быстро переводят «на себя». Другие, также требующие заботы и внимания, рассматриваются как «конкуренты», и отношение к ним неприязненное. Больные такого типа

постоянно хотят показать окружающим свою исключительность в болезни, непохожесть на остальных. Обладают эмоциональной нестабильностью и непрогнозируемостью.

Паранойяльный тип уверен, что болезнь — результат внешних причин, чьего-то злого умысла. Такой человек крайне подозрителен и насторожен к разговорам о себе, к лекарствам и процедурам. Стремится приписывать возможные осложнения или побочные действия лекарственных средств халатности и злому умыслу врачей и медперсонала, а потому обвиняет их и требует для них наказания.

Дисфорический (агрессивный) тип означает гневливо-мрачное, озлобленное настроение, постоянно угрюмый и недовольный вид. Подобный больной испытывает зависть и ненависть к здоровым, включая родных и близких. У него наблюдаются вспышки озлобленности, он винит в своей болезни других. Требует к себе особого внимания и подозрительно относится к процедурам и лечению. Агрессивно, подчас деспотически поступает в отношении к близким, требует, чтобы ему во всем угождали.

Гармоничный (реалистичный, взвешенный) тип не склонен преувеличивать тяжесть своего состояния, но и не недооценивает ее. Во всем активно содействует успеху лечения, стремится облегчить своим близким уход за собой. В случае понимания неблагоприятного прогноза заболевания переключает интерес на те области жизни, которые останутся ему доступными, сосредоточивается на своих делах, заботе о близких людях.

Типы отношений к болезни объединяются в три блока.

Первый — это гармоничный, эргопатический и анозогнозический типы, при которых психическая и социальная адаптация существенно не нарушается. Во второй и третий блоки включены типы реагирования на болезнь, характеризующиеся наличием психической дезадаптации в связи с заболеванием и различающиеся преимущественно интрапсихической или интерпсихической направленностью реагирования на болезнь.

Второй блок включает тревожный, ипохондрический, неврастенический, меланхолический, астенический типы отношения. Эмоциональная сторона такового у данных больных проявляется в дезадаптивном поведении: реакциях типа раздражительной слабости, тревожности, подавленном, угнетенном состоянии, капитуляцией перед болезнью и т. п.

Третий блок состоит из сенситивного, эгоцентрического, дисфорического и паранойяльного типов отношения к болезни. Таких больных объединяет интерпсихическая направленность реагирования на болезнь, тоже обусловливающая нарушения их социальной адаптации.

ПРИЛОЖЕНИЕ I

Словарь основных психологических и физиологических понятий

Абсолютный порог раздражения — минимальная величина раздражителя, способная вызвать ответную реакцию.

Авторитарный (автократический) стиль руководства — устойчивая склонность человека при руководстве принимать решение с учетом только собственного мнения, игнорируя мнение коллектива.

Агрессивность — устойчивое качество человека, характеризующее его склонность разрешать конфликтные ситуации путем агрессиии.

Агрессия (от лат. *aggredi* — «нападать») — поведение, направленное на нанесение физического или психического ущерба другому человеку или группе людей.

Адаптация (от лат. *adapto* — «приспособляю») — приспособление человека к условиям среды, деятельности, общения.

Адреналин — гормон надпочечников, способствующий мобилизации энергетических ресурсов организма.

Акселераты — дети с ускоренным половым созреванием.

Активация покоя — уровень возбуждения в состоянии физиологического покоя.

Анализатор — совокупность афферентных (чувствительных) нейронов, участвующих в восприятии и анализе раздражителей.

Апатия (от греч. *apathea* — «бесстрастность») — состояние, характеризующееся безразличием, равнодушием к выполняемой деятельности или к происходящему вокруг.

Баланс нервных процессов — свойство нервной системы, характеризуемое соотношением интенсивности возбудительных и тормозных реакций центральной нервной системы.

Биологический возраст — возраст подростка, определяемый степенью полового созревания.

Биотипы человека — типы, выделяемые по нейрогуморальному основанию и базирующиеся на особенности реагирования симпато-адреналовой системы человека на воздействия внешней среды, что внешне проявляется в особенностях его поведения.

Верхний порог раздражения — предельная сила или длительность раздражителя, не вызывающая еще снижение эффекта реагирования.

Внушаемость — степень восприимчивости к внушению, определяемая субъективной готовностью подвергнуться и подчиниться внушаемому воздействию.

Возбудимость — способность органа или ткани отвечать возбуждением на воздействие раздражителей.

Волевое качество — способность человека преодолевать какие-либо трудности за счет волевого усилия.

Время реакции — временной интервал между предъявлением какого-либо сигнала и началом ответа испытуемого на этот сигнал.

Вторая сигнальная система — функциональная система, отражающая действительность с помощью мышления и речи.

Выдержка — волевое качество, характеризующееся способностью человека сдерживать свои эмоциональные проявления.

Вытеснение — психологический защитный механизм, в результате использования которого неприемлемые для человека мысли, воспоминания, переживания «изгоняются» из сознания и переводятся в сферу бессознательного, переживаясь в форме тревоги, страха.

Гениальность — высший уровень проявления одаренности.

Генотип — совокупность генов или каких-либо особенностей, полученных человеком в наследство от родителей.

Дефинитивные признаки развития — предполагаемый уровень проявления какого-то показателя (роста, качества) в определенном возрасте.

Деятельность — специфический вид человеческой активности, направленный на создание для общества материальных и духовных благ, на совершенствование себя и окружающих.

Дифференциальная психология — отрасль психологической науки, изучающая психологические и поведенческие различия между людьми.

Дифференциальная психофизиология — отрасль психологической науки, изучающая природные физиологические причины психологических и поведенческих различий между людьми.

Дифференциальный порог — минимальное различие между интенсивностями раздражителей одной и той же модальности, замечаемое человеком.

Зависть — отрицательное эмоциональное проявление, обусловленное отсутствием у человека благ, которые имеют другие.

Задатки — врожденные морфофункциональные особенности организма (типологические особенности свойств нервной системы, эндокринной системы, строение мышц и т. п.), обусловливающие различия в проявлении функций; один из компонентов структуры способностей.

Замещение — защитный механизм, имеющий различные формы реализации: путем замещения объекта и путем замещения потребности.

Запредельное торможение — тормозные реакции, возникающие при сверхсильных раздражителях.

Застенчивость — склонность человека испытывать стеснение в присутствии других людей.

Избегание — один из способов разрешения конфликтов, для которого характерно как отсутствие стремления к кооперации, так и отсутствие тенденции к достижению собственных целей.

Индивид (от лат. *individuum* — «неделимое») — человек как единичное природное существо, представитель вида *homo sapiens*.

Индивидуальность — своеобразие психики и личности человека, ее неповторимость.

Индивидуальный стиль деятельности — *см.* Стиль деятельности.

Инертность нервных процессов — медленное их исчезновение после прекращения действия раздражителя.

Интернальность — внутренний локус контроля, при котором проявляется склонность человека возлагать ответственность за происходящее в его жизни на себя.

Интроверсия (от лат. *intro* — «внутрь», *versio* — «поворачивать, обращать») — направленность человека на собственный субъективный мир, поглощенность собственными проблемами и переживаниями в ущерб тому, что происходит вокруг.

Качество — наличный уровень проявления какой-либо возможности человека, ее фенотипическая характеристика.

Когнитивный стиль — относительно устойчивые типические особенности познавательных процессов человека, которые выражаются в используемых им позвательных стратегиях.

Компенсаторные отношения — улучшение одного параметра деятельности или состояния организма за счет ухудшения другого параметра.

Компенсация — обеспечение успешности деятельности за счет одной способности при невыраженности другой.

Комплекс типологический — сочетание типологических особенностей свойств нервной системы, оказывающих одинаковое влияние на какую-либо особенность человека (способность, склонность, стиль деятельности и т. д.).

Конституция человека (от лат. *constitutio*) — совокупность всех морфологических, физиологических и психологических особенностей человека, обусловленных действием общих генетических факторов.

Конфликтность — склонность человека разрешать противоречия путем обострения отношений.

Конформность (от лат. *conformis* — «подобный») — податливость человека давлению группы, проявляющаяся в изменении его мнения, установок, поведения в соответствии с групповыми.

Копинг-стратегии — стратегии преодоления фрустрации.

Корреляция — математическое понятие, обозначающее статистическую связь между двумя изучаемыми явлениями.

Коэффициент корреляции — числовое значение тесноты связи (от 0 до 1) между двумя изучаемыми явлениями.

Лабильность (от лат. *labilis* — «неустойчивый») — максимальное число импульсов, которое функциональная структура (нервный центр, нерв, мышца) может передать в единицу времени без пропусков; свойство нервной системы, проявляющееся в быстроте возникновения и прекращения нервного процесса.

Личность — социализированный индивид, субъект социальных отношений.

Локализация высших психических функций (от лат. *localis* — «местный») — отнесение высших психических функций к конкретным мозговым структурам.

Локус контроля (от лат. *locus* — «местоположение» и франц. *controle* — «проверка») когнитивный стиль, характеризующий склонность человека приписывать ответственность за результаты своей деятельности внутренним или внешним факторам; *см.* Интернальность и Экстернальность.

Меланхолик (от греч. *melanos* — «черные», *chole* — «желчь») — человек, обладающий типом темперамента, характеризующегося низким уровнем психической активности, замедленностью движений, быстрой утомляемостью, сдержанностью речи.

Метод близнецов — сравнение уровня развития различных способностей и особенностей у монозиготных (однояйцевых) и дизиготных (двуяйцевых) близнецов, чтобы доказать генетическую обусловленность этих способностей и особенностей.

Модальностные эмоциональные типы — преобладание у человека какой-либо базовой эмоции (радости, гнева, печали, страха).

Монотоноустойчивость — способность человека противостоять монотонности работы, условий жизни.

Мышечное чувство — комплексное понятие, обозначающее ощущения, возникающие в результате раздражения проприорецепторов при движениях и сообщающие человеку о степени напряжения и быстроте сокращения мышц, о направлении и протяженности движений.

Наглядно-образное мышление — мышление, опирающееся преимущественно на образы воспринимаемого и представляемого.

Настойчивость — волевое качество, характеризующееся стремлением к отдаленной цели, несмотря на периодически возникающие трудности.

Негативизм (от лат. *negatio* — «отрицание») — поведение человека, проявляющееся в намеренном противодействии без видимых к тому причин просьбам, требованиям других людей.

Нейротизм — свойство темперамента, характеризующееся постоянной тревожностью человека, ожиданием неприятностей.

Норадреналин — гормон надпочечников, оказывающий на организм действие, противоположное адреналину.

Одаренность — определенное сочетание способностей и (для физической работы) морфологических и антропометрических особенностей человека, обеспечивающее успешность какой-либо деятельности.

Одаренность интеллектуальная — совокупность познавательных способностей, обусловливающих высокий уровень интеллектуальных достижений.

Одаренность моторная — совокупность интеллектуальных и двигательных способностей, а также особенностей телосложения, обусловливающих высокий уровень достижений в двигательной деятельности.

Одаренные дети — дети, значительно опережающие сверстников в успешности осуществления какой-либо деятельности (интеллектуальной, музыкальной, физической и т. д.).

Онтогенез — процесс индивидуального прижизненного развития человека.

Оперативный покой — состояние сосредоточенности, готовности к действию.

Оптимальная сила раздражителя — сила раздражителя, при которой наблюдается наибольшая ответная реакция.

Оптимизм — (от лат. *optimus* — «наилучший») — вера в лучшее будущее, в исполнение своих желаний, в победу добра над злом, справедливости над несправедливостью.

Отбор психологический — принятие решения о пригодности человека к учебной или профессиональной деятельности с учетом его способностей и личностных свойств.

Первая сигнальная система — *см.* Сигнальные системы.

Пессимизм (от лат. *pessimus* — «наихудший») — неверие в лучшее будущее, в исполнение желаний, в победу добра над злом.

Подвижность нервных процессов — быстрота затухания возбуждения и торможения после прекращения действия раздражителя.

Полезависимость — когнитивный стиль, характеризующийся преимущественной ориентацией человека на внешние обстоятельства при объяснении причин своего успеха или неудач.

Поленезависимость — когнитивный стиль, характеризующийся ориентацией на собственное мнение, силы при объяснении своих успехов.

Порог ощущения (абсолютный) — минимальная величина раздражителя, вызывающая едва заметное ощущение.

Прогностическая сила показателя — точность, с какой данный показатель предсказывает будущий уровень развития ребенка.

Проприорецепция — рецепторная система, обеспечивающая анализ производимых человеком движений за счет получения сигналов с нервных окончаний, расположенных в мышцах, сухожилиях, связках и суставных сумках.

Психофизиология — область исследований, пограничная между физиологией и психологией; изучает связи между психологическими явлениями и физиологическими процессами.

Пубертатный период — период полового созревания.

Раздражитель — любой материальный внешний или внутренний агент, вызывающий реакцию организма и личности.

Реактивность — быстрота и интенсивность ответной реакции организма на стимул.

Ретарданты — подростки с задержкой полового созревания.

Решительность — способность человека быстро принимать решение в значимой для него ситуации при недостатке информации.

Ригидность (от лат. *rigidus* — «жесткий, твердый») — затрудненность в изменении точек зрения, планов деятельности и поведения в условиях, объективно требующих этого; инертность установок (аттитюдов); трудность отказа от принятого решения, выбранного способа действия.

Риск — ситуативная характеристика деятельности или поведения, состоящая в неопределенности их исхода и возможных неблагоприятных последствиях в случае неуспеха.

Самообладание — способность человека организовывать свое поведение и деятельность в дезорганизующе-эмоциогенных и, в частности, опасных ситуациях.

Сангвиник (от лат. *sanquis* — «кровь») — тип темперамента, характеризующийся высокой психической активностью и работоспособностью, быстротой движений, богатством мимики, быстрым темпом речи.

Свойства нервной системы — особенности протекания нервных процессов, их возникновения, проведения, смены одного процесса другим, исчезновения.

Свойства темперамента — психологические и поведенческие характеристики человека, обусловленные сплавом врожденных и приобретенных особенностей человека.

Свойства нервной системы — устойчивые особенности работы центральной нервной системы, влияющие на поведение, эффективность деятельности, темперамент и характер человека.

Сенситивность (от лат. *sensus* — «чувство») — свойство темперамента, проявляющееся в повышенной чувствительности человека к происходящим с ним событиям, тревожности, боязни новых ситуаций и людей.

Сентиментальность — склонность к легкому возникновению растроганности, расчувствованности.

Серотонин — гормон центральной нервной системы, влияющий на двигательную активность человека.

Сибсы — дети из одной семьи, но не близнецы.

Сила нервной системы — свойство нервной системы, характеризующееся особенностями ее реагирования на раздражители разной интенсивности.

Склонность — плохо осознаваемая тяга к чему-то (виду деятельности, объекту); безотчетное предпочтение человеком чего- или кого-либо.

Словесно-логическое мышление — мышление, опирающееся на логические рассуждения и словесное абстрагирование.

Смелость — волевое качество, характеризующееся сохранением самообладания, несмотря на наличие страха.

Соматотип — тип телосложения.

Состояние (психофизиологическое) — системная реакция личности на воздействие раздражителя, чтобы достичь полезный результат или сохранить свою целостность.

Специальные типы высшей нервной деятельности — выделенные И. П. Павловым художественный, мыслительный и смешанный типы.

Способность — высокий уровень проявления качественной стороны (свойства) какой-либо функции, обусловленный врожденными особенностями (задатками) человека.

Стиль деятельности — определенная совокупность удобных для данного человека способов и приемов выполнения конкретной деятельности.

Стиль руководства — определенная совокупность способов и средств, используемых руководителем для оказания нужного воздействия на подчиненных.

Стиль общения — совокупность речевых средств и способов, используемых при общении.

Стимул — то, что воздействует на органы чувств человека.

Специальные типы высшей нервной деятельности — типы людей, выделяемые по преобладанию в психической деятельности первой сигнальной системы (художественный тип) или второй сигнальной системы (мыслительный тип).

Способность — высокий уровень проявления какой-либо психической или двигательной функции, обусловленный врожденными задатками.

Стиль деятельности — устойчивое сочетание приемов и способов выполнения деятельности.

Стиль руководства — типичная устойчивая система приемов воздействия на подчиненных и принятия решения.

Стресс — психофизиологическое состояние крайнего психического (эмоционального) напряжения, имеющего негативные последствия для здоровья человека.

Сублимация — механизм психологической защиты, использующий переключение возникшего при конфликте напряжения на какую-либо деятельность или объект, не связанные с конфликтом.

Талант — (от греч. *talanton* — «вес, мера») — высокий уровень проявления способностей; то же, что одаренность.

Темперамент (от лат. *temperamentum* — «надлежащее соотношение частей, соразмерность») — характеристика человека со стороны его врожденных динамических особенностей: эмоциональности, активности, чувствительности и др.

Терпеливость — волевое качество, характеризующееся способностью терпеть дискомфортные условия деятельности или обитания.

Тест (от англ. *test* — «проверка») — система заданий, позволяющих определить уровень выраженности определенного психологического качества.

Типологические комплексы — определенное сочетание типологических особенностей свойств нервной системы, однонаправленно влияющих на проявление способностей и психологических особенностей человека.

Тип А — предрасположенность людей с определенным психическим складом к заболеваниям сердечно-сосудистой системы.

Тип Б — предрасположенность людей с определенным психическим складом к заболеваниям желудочно-кишечной системы.

Тип С — предрасположенность людей с определенным психическим складом к раковым заболеваниям.

Типы высшей нервной деятельности — выделенные И. П. Павловым определенные сочетания свойств нервной системы, соответствующие четырем типам темперамента.

Тревожность личностная — устойчивая склонность человека к переживанию тревоги благодаря низкому порогу возникновения этой реакции.

Тремор (от лат. *tremor* — «дрожание») — непроизвольные ритмические мышечные сокращения, вызывающие колебательные движения конечностей и туловища.

Удовлетворенность — относительно устойчивое эмоционально-оценочное отношение личности к условиям жизни, профессии, выполняемой работе и т. п.

Умение — освоенный человеком способ выполнения действия.

Упорство — волевое качество, характеризующееся стремлением к достижению цели «здесь и сейчас», несмотря на возникающие трудности.

Упрямство — стремление во что бы то ни стало поступать по-своему, вопреки разумным или полагаемым таковыми доводам; «безрассудное» упорство.

Уравновешенность нервных процессов — *см.* Баланс нервных процессов.

Уровень притязаний — желаемый уровень достижений.

Уровень притязаний адекватный — выбираемая трудность цели, которая соответствует возможностям человека.

Уровень притязаний неадекватный (завышенный или заниженный) — выбираемая трудность цели, не соответствующая возможностям человека.

Усталость — ощущение возникшего затруднения в выполнении деятельности и физиологического дискомфорта, связанное с развитием состояния утомления.

Утомление — психофизиологическое состояние, возникающее в процессе длительной работы, при котором становится сначала трудно, а затем и невозможно поддерживать заданные параметры деятельности (интенсивность, темп и качество).

Фенотип — сплав врожденных и приобретенных в онтогенезе особенностей и свойств человека.

Флегматик (от греч. *phlegma* — «слизь») — тип темперамента, характеризующийся низким уровнем психической активности, медлительностью, невыразительностью мимики, плохой переключаемостью с одной деятельности на другую, низкой адаптивностью.

Фрустрация (от лат. *frustratio* — «обман, разрушение планов») — психическое состояние человека, вызываемое объективно или субъективно непреодолимыми трудностями, возникающими на пути достижения цели.

Функциональная подвижность — легкость перехода нервной системы из одного состояния в другое.

Функциональная система — сложно организованная психофизиологическая система, обеспечивающая согласованную работу физиологических и психических процессов для осуществления целостного поведенческого акта.

Характер (от греч. *charakter* — «печать, черта») — устойчивая акцентуированная черта личности (доброта, упрямство, мягкость и т. д.).

Холерик (от греч. *chole* — «желчь») — тип темперамента, характеризующийся высоким уровнем психической активности, энергичностью, резкостью, вспыльчивостью, быстрым темпом.

Целеустремленность — стремление к достижению ближайшей или отдаленной цели, несмотря на возникающие трудности и препятствия.

Черты личности — устойчивые, повторяющиеся в различных ситуациях, особенности поведения человека.

Чувствительность — способность организма ощущать слабые по интенсивности раздражители; величина, обратно пропорциональная нижнему порогу ощущений.

Экстернальность (от лат. *externus* — «внешний») — внешний локус контроля, при котором проявляется склонность человека приписывать причины происходящего внешним факторам (окружающей среде, судьбе, случаю).

Экстраверсия (от лат. *extra* — «вне», *versio* — «поворачивать, обращать») — направленность личности на мир внешних объектов; обращенность сознания человека на внешнюю среду в большей мере, чем на самого себя и на свои переживания.

Эмоциональная возбудимость — легкость (быстрота) возникновения эмоций.

Эмоциональная стабильность — постоянство проявления какой-либо эмоции, настроения.

Эмоциональная устойчивость — способность человека противостоять дезорганизующему влиянию эмоций.

Эмоциональность — характеристика темперамента, проявляющаяся в легкой и большой эмоциональной отзывчивости на возникающие ситуации.

Эмоция — рефлекторная психовегетативная реакция, связанная с проявлением своего субъективного пристрастного отношения (в виде переживания) к ситуации и ее исходу и способствующая организации целесообразного поведения в этой ситуации.

Эмпатия (от греч. *empatheia* — «переживание») — вчувствование в переживания другого человека.

Ювенильные признаки развития — исходные показатели, по которым делается прогноз об уровне развития ребенка в будущем.

ПРИЛОЖЕНИЕ II

Методики изучения индивидуальных особенностей

1. Методики выявления типов и свойств темперамента

Изучение темперамента человека может быть направленным либо на общую характеристику и определение его типа, либо быть углубленным, ориентированным на изучение свойств. В обоих случаях можно применять весь набор методов психологического исследования.

Опросник формально-динамических свойств индивидуальности (ОФДСИ) (В. М. Русалов)

Инструкция. Вам предлагается ответить на 150 вопросов, направленных на выяснение Вашего обычного способа поведения. Постарайтесь представить самые типичные ситуации и дайте первый ответ, который придет Вам на ум. Отвечайте быстро и точно. Помните, что нет «плохих» и «хороших» ответов. Поставьте «крестик» или «галочку» в той графе, которая соответствует утверждению, наиболее правильно описывающему Ваше поведение:

- 1 — нехарактерно,
- 2 — малохарактерно,
- 3 — довольно характерно,
- 4 — характерно.

1. Я часто испытываю потребность в движении.
2. Я не ищу новых решений известных проблем.
3. Я постоянно хочу приобретать новые знания.
4. В свободное время я с удовольствием занимаюсь физическим трудом.
5. Я быстро считаю в уме.
6. Я сильно переживаю, когда сдаю экзамен менее успешно, чем ожидал(а).
7. Я предпочитаю уединение большой компании.
8. Мне легко одновременно выполнять несколько дел, например смотреть телевизор и читать.
9. Мне легко выполнять умственную работу, требующую длительного внимания.
10. Я переживаю, когда выполняю задание не так, как следовало бы.
11. Я легок(ка) на подъем.

12. Я огорчаюсь, когда обнаруживаю свои ошибки при выполнении интеллектуальной работы.
13. Я легко переключаюсь с одного дела на другое, занимаясь ручной работой.
14. Я быстро решаю арифметические задачи.
15. Я без труда включаюсь в разговор.
16. Я — подвижный человек.
17. Я устаю от длительной умственной работы.
18. Я легко переключаюсь с решения одной проблемы на другую.
19. Я предпочитаю быструю ходьбу.
20. Моя речь медленна и нетороплива.
21. Я часто высказываю свое мнение, не подумав.
22. Я огорчаюсь, если мне не удается что-то смастерить самому(ой).
23. Я люблю интеллектуальные игры, в которых требуется быстрое принятие решения.
24. Я испытываю неудобство из-за того, что у меня плохой почерк.
25. Я часто испытываю опасение оттого, что могу не справиться с работой, требующей умственного напряжения.
26. Я — ранимый человек.
27. Я неохотно выполняю срочную умственную работу.
28. Я часто не могу заснуть оттого, что мне не удается найти решение какой-либо проблемы.
29. Я всегда выполняю свои обещания независимо от того, удобно мне это или нет.
30. Я огорчаюсь, поспорив с друзьями.
31. У меня портится настроение, когда я долго не могу решить какую-либо проблему.
32. Мне легко заниматься физическим трудом длительное время.
33. Я чувствовал(а) бы себя дискомфортно, если бы на длительное время был(а) бы лишен(а) возможности общения людьми.
34. Я никогда не опаздывал(а) на свидание или на работу.
35. У меня много друзей и знакомых.
36. Я регулярно читаю о новых достижениях науки и техники.
37. Я сильно волнуюсь перед предстоящим экзаменом.
38. Обычно мои мысли текут неторопливо.
39. Мне нравится мастерить вещи своими руками.
40. Я успешно выполняю работу, требующую тонких и скоординированных движений.
41. Мне легко готовиться к нескольким экзаменам одновременно.
42. Бывает, что я говорю о вещах, в которых не разбираюсь.
43. Моя речь часто опережает мои мысли.
44. Я склонен(на) преувеличивать свои неудачи, связанные с умственной деятельностью.
45. Я люблю участвовать в спортивных играх, требующих быстрых движений.
46. Во время беседы мои мысли часто перескакивают с одной темы на другую.
47. Мне легко было бы сдать два экзамена в один день.
48. Я чувствую в себе избыток интеллектуальной энергии.
49. Мне нравятся игры, требующие быстроты и ловкости движений.
50. Мне трудно говорить быстро.
51. Мне легко завязывать знакомства первым(ой).
52. Я испытываю досаду, когда у меня не хватает ловкости для участия в спортивных играх на отдыхе.
53. Я быстро думаю, находясь в любой ситуации.
54. Работа, требующая полной отдачи умственных сил, отталкивает меня.

55. Я огорчаюсь оттого, что пишу медленно и иногда не успеваю записывать необходимую информацию.
56. Я переживаю, когда меня не понимают в разговоре.
57. Я говорю свободно, без запинок.
58. Я охотно выполняю физическую работу.
59. Мне легко выполнять одновременно несколько заданий, требующих умственного напряжения.
60. Я предпочитаю заниматься работой, не требующей большой физической нагрузки.
61. Я сильно волнуюсь во время экзамена.
62. Мне требуется много времени, чтобы разобраться в той или иной проблеме.
63. Как правило, я не вступаю в общение с малознакомыми людьми.
64. Я легко обучаюсь ремеслу (рукоделию).
65. Мне нравятся задачи на смекалку.
66. Я предпочитаю однообразную физическую работу.
67. Нередко я конфликтую с друзьями из-за того, что говорю не подумав.
68. Я предпочитаю постоянно находиться среди людей.
69. Я пишу быстро.
70. Я быстро устаю от физической работы.
71. Я — разговорчивый человек.
72. Иногда я преувеличиваю негативное отношение к себе со стороны своих близких.
73. У меня часто портится настроение из-за того, что сделанная мною вещь оказывается не совсем удачной.
74. Я легко обижаюсь, если мне указывают на мои недостатки.
75. Во время физической работы я часто делаю перерывы для отдыха.
76. Мне нравится разнообразный ручной труд.
77. Мне легко внести оживление в компанию.
78. Я испытываю тревогу, переходя улицу перед движущимся транспортом.
79. Мне легко провести прямую линию от руки (без линейки).
80. Я могу, не раздумывая, задать вопрос незнакомому человеку.
81. Меня раздражает быстрая речь собеседника.
82. Я с удовольствием выполняю умственную работу.
83. Я считаю свои движения медленными и неторопливыми.
84. Многие считают меня физически сильным.
85. Когда я оживленно рассказываю о чем-то, я прибегаю к мимике и жестам.
86. У меня бывают мысли, которые мне не хотелось бы сообщать окружающим.
87. Для подготовки к экзаменам я трачу времени меньше, чем другие.
88. В моей речи много длительных пауз.
89. Меня огорчает, что я физически менее развит(а), чем хотелось бы.
90. Я сильно волнуюсь перед ответственным разговором.
91. Я устаю, когда приходится долго говорить.
92. Я чувствую в себе избыток физических сил.
93. Движения моих рук быстры и стремительны.
94. Я свободно чувствую себя в большой компании.
95. Мне нравятся задачи, требующие постоянного переключения внимания.
96. Я предпочитаю задания, не связанные с большой умственной нагрузкой.
97. Я предпочитаю решить задачу до конца, прежде чем взяться за другую.
98. Даже находясь в тесном кругу друзей, я остаюсь молчаливым.
99. В работе по хозяйству я легко переключаюсь с одного дела на другое.

100. Я считаю себя мастером на все руки.
101. Я легко высказываю свои мысли в присутствии незнакомых людей.
102. Я довольно быстро выполняю физическую работу.
103. Меня огорчают незначительные ошибки, допущенные при решении какой-либо задачи.
104. Я быстро читаю вслух.
105. Я переживаю из-за того, что у меня нет достаточно выраженных способностей для овладения интересующим меня ремеслом.
106. Я основательно планирую предстоящую умственную работу, чтобы избежать возможных ошибок.
107. Я не отличаюсь оригинальностью в решении задач.
108. Меня огорчает, что я недостаточно хорошо владею ремеслом (рукоделием).
109. Я сильно волнуюсь, когда мне приходится выяснять отношения с друзьями.
110. Я нуждаюсь в людях, которые меня ободряют и утешают.
111. Я стараюсь избегать тяжелой физической работы.
112. В свободное время меня тянет пообщаться с людьми.
113. Я предпочитаю подумать, взвесить и лишь потом высказаться.
114. На вечеринках и в компаниях я держусь обособленно.
115. Я без особого труда смог(ла) бы начертить сложную геометрическую фигуру.
116. В компании я обычно начинаю разговор первым(ой).
117. Я легко воспринимаю быструю речь.
118. У меня медленные движения, когда я что-нибудь мастерю.
119. Я быстро решаю головоломки.
120. Длительная подготовка к экзаменам утомляет меня.
121. Я иногда сплетничаю.
122. Я предпочитаю выполнять физическую работу в быстром темпе.
123. Мне нравится быстро говорить.
124. Когда я выполняю работу, требующую тонкой координации движений, я испытываю некоторое волнение.
125. Я люблю бывать в больших компаниях.
126. Я не стараюсь избегать конфликтов.
127. Я способен(на) выполнять длительную физическую работу без утомления.
128. Мне приятны быстрые движения.
129. Я люблю уединение.
130. Мне легко настроиться на выполнение нового задания.
131. Мне с трудом удалось бы сделать нужную вещь своими руками.
132. Я считаю себя физически сильным человеком.
133. Я предпочитаю работу, не требующую отдачи интеллектуальных сил.
134. Мне трудно удержаться от высказывания неожиданно возникшей идеи.
135. Я с легкостью могу обратиться с просьбой к другому человеку.
136. Мне нравится работа, не требующая быстрых движений.
137. Я предпочитаю медленный, спокойный разговор.
138. Я испытываю чувство обиды оттого, что окружающие меня люди, как мне кажется, обходятся со мной хуже, чем следовало бы.
139. Умственная работа для меня более привлекательна, чем физическая.
140. Обычно я дочитываю книгу до конца, прежде чем взяться за новую.
141. В ручном труде меня раздражают малейшие неполадки.
142. Я обычно медленно выполняю интеллектуальные задания.

143. Я люблю много читать.
144. Когда я что-то мастерю, я обращаю внимание даже на незначительные погрешности.
145. Многие считают, что я — довольно сообразительный человек.
146. В разговоре я легко обижаюсь по пустякам.
147. Приступая к решению даже несложной задачи, я испытываю чувство неуверенности.
148. При общении с людьми я часто чувствую себя неуверенно.
149. Я легко пересматриваю свои решения и принимаю новые.
150. Среди моих знакомых есть люди, которые мне явно не нравятся.

Указания по обработке. Перед обработкой необходимо убедиться, что ответы даны на все вопросы. Для подсчета баллов по той или иной шкале используются ключи. Вначале необходимо перекодировать некоторые ответы, указанные в ключе для данной шкалы. Подсчет производится путем суммирования всех баллов по данной шкале.

При обследовании больших массивов испытуемых целесообразно сочетать бланковый метод с компьютерной обработкой данных. Полученная сумма баллов для каждой шкалы записывается в соответствующую графу на бланке. Кроме того, в нем обязательно фиксируются ФИО, пол, возраст испытуемого, образование, род занятий или учебы, а также дата проведения обследования. Необходимо помнить, что испытуемые, имеющие по контрольной шкале 18 баллов и больше, из дальнейшей обработки исключаются как не способные в силу чрезмерной социальной желательности адекватно оценивать свое поведение.

Бланк для ответов

Фамилия ________________ Имя________________ Отчество______________
Образование _____________ Род занятий (профиль учебы)__________________
Пол ____________________ Возраст __________________

- 1 — нехарактерно для меня
- 2 — малохарактерно для меня
- 3 — довольно характерно для меня
- 4 — характерно для меня

№ п/п	1	2	3	4	№ п/п	1	2	3	4
1					13				
2					14				
3					15				
4					16				
5					17				
6					18				
7					19				
8					20				
9					21				
10					22				
11					23				
12					24				

Продолжение бланка для ответов

№ п/п	1	2	3	4	№ п/п	1	2	3	4
25					56				
26					57				
27					58				
28					59				
29					60				
30					61				
31					62				
32					63				
33					64				
34					65				
35					66				
36					67				
37					68				
38					69				
39					70				
40					71				
41					72				
42					73				
43					74				
44					75				
45					76				
46					77				
47					78				
48					79				
49					80				
50					81				
51					82				
52					83				
53					84				
54					85				
55					86				

№ п/п	1	2	3	4	№ п/п	1	2	3	4
87					119				
88					120				
89					121				
90					122				
91					123				
92					124				
93					125				
94					126				
95					127				
96					128				
97					129				
98					130				
99					131				
100					132				
101					133				
102					134				
103					135				
104					136				
105					137				
106					138				
107					139				
108					140				
109					141				
110					142				
111					143				
112					144				
113					145				
114					146				
115					147				
116					148				
117					149				
118					150				

Шкала	Пункты
Эргичность моторная (ЭРМ)	1, 4, 32, 58, 60*, 70*, 75*, 84, 92, 111*, 127, 132
Эргичность интеллектуальная (ЭРИ)	3, 9, 17*, 36, 48, 54*, 82, 96*, 120*, 133*, 139, 143
Эргичность коммуникативная (ЭРК)	7*, 33, 35, 63*, 68, 77, 94, 98*, 112, 114*, 125, 129*
Пластичность психомоторная (ПМ)	11, 13, 39, 40, 64, 66*, 76, 79, 99, 100, 115, 131*
Пластичность интеллектуальная (ПИ)	2*, 8, 18, 41, 47, 59, 95, 97*, 107*, 130, 140*, 149
Пластичность коммуникативная (ПК)	15, 21, 43, 46, 51, 67, 80, 101, 113* 116, 134, 135
Скорость психомоторная (СМ)	16, 19, 45, 49, 69, 83*, 93, 102, 118*, 122, 128, 136*
Скорость интеллектуальная (СИ)	5, 14, 23, 27*, 38*, 53, 62*, 65, 87, 119, 142*, 145
Скорость коммуникативная (СК)	20, 50, 57, 71, 81, 85, 88*, 91, 104, 117, 123, 137*
Эмоциональность психомоторная (ЭМ)	22, 24, 52, 55, 73, 78, 89, 105, 108, 124, 141, 144
Эмоциональность интеллектуальная (ЭИ)	6, 10, 12, 25, 28, 31, 37, 44, 61, 103, 106, 147
Эмоциональность коммуникативная (ЭК)	26, 30, 56, 72, 74, 90, 109, 110, 126, 138, 146, 148
Контрольная шкала (КШ)	29, 34, 42*, 86*, 121*, 150*

Примечание. Звездочкой отмечены пункты, требующие перекодирования: (1 = 4) (2 = 3) (3 = 2) (4 = 1).

Низкие значения (12–25 баллов)	Средние значения (26–34 балла)	Высокие значения (35–48 баллов)
Психомоторная сфера		
Эргичность (ЭРМ)		
Узкая сфера психомоторной деятельности, низкий мышечный тонус, нежелание физического напряжения, низкая вовлеченность в процесс деятельности, избегание работы, двигательная пассивность	Нормальный мышечный тонус, обычная двигательная активность, средневыраженное стремление к физическому напряжению, средняя мышечная работоспособность	Высокая потребность в движении, «широкая» сфера психомоторной активности, жажда психомоторной деятельности, постоянное стремление к физическому труду, избыток физических сил, высокая мышечная работоспособность

Низкие значения (12–25 баллов)	Средние значения (26–34 балла)	Высокие значения (35–48 баллов)
Пластичность (ПМ)		
Повышенная склонность к монотонной физической работе, боязнь, избегание разнообразных форм ручного труда, стремление к шаблонным способам физической деятельности, вязкость движений	Типичная для человека гибкость при переключении с одной физической работы на другую, средневыраженная склонность к разнообразным формам двигательной активности и различным видам ручного труда	Высокая гибкость при переключении с одних форм двигательной активности на другие, высокое стремление к разнообразным способам физической деятельности, плавность движений
Скорость (СМ)		
Заторможенность психомоторики, низкая скорость двигательных операций при выполнении ручного труда	Средняя скорость моторно-двигательных операций	Высокий темп психомоторного поведения, высокая скорость в различных видах двигательной активности
Эмоциональность (ЭМ)		
Низкая чувствительность (безразличие) к расхождению между задуманным моторным действием и реальным результатом этого действия; ощущение спокойствия, уверенности в себе при выполнении физической работы, отсутствие беспокойства в случае невыполнения или плохого выполнения физической работы	Средневыраженная чувствительность к неудачам в ручном труде, возможному несовпадению задуманного и реального моторного действия; обычная интенсивность эмоционального переживания в случае неудач в физической работе	Высокая чувствительность (сильное эмоциональное переживание) по поводу расхождения между ожидаемым и реальным результатом ручного труда, постоянное ощущение неполноценности продукта физической работы
Интеллектуальная сфера		
Эргичность (ЭРИ)		
Низкий уровень интеллектуальных возможностей, нежелание умственного напряжения, низкая вовлеченность в процесс, связанный с умственной деятельностью, узкий круг интеллектуальных интересов	Средний уровень интеллектуальных возможностей, средневыраженное стремление к деятельности, связанной с умственным напряжением	Высокий уровень интеллектуальных возможностей, высокий уровень способности к обучению, постоянное стремление к деятельности, связанной с умственным напряжением, легкость умственного побуждения
Пластичность (ПИ)		
Вязкость мышления, стереотипный подход к решению проблем, ригидность в решении абстрактных задач	Нормальная гибкость мышления, средняя выраженность стремления к разнообразным фор-	Высокая гибкость мышления, легкий переход с одних форм мышления на другие, постоянное стремление

Окончание табл.

Низкие значения (12–25 баллов)	Средние значения (26–34 балла)	Высокие значения (35–48 баллов)
	мам интеллектуальной деятельности	к разнообразию форм интеллектуальной деятельности, творческий подход к решению проблем
Скорость (СИ)		
Низкая скорость умственных процессов, замедленность выполнения операций при осуществлении интеллектуальной деятельности	Средняя скорость умственных процессов при осуществлении интеллектуальной деятельности	Высокая скорость умственных процессов при осуществлении интеллектуальной деятельности
Эмоциональность (ЭМ)		
Низкая чувствительность (безразличие) к расхождению между ожидаемым и реальным результатами действия при выполнении умственной работы, слабое эмоциональное реагирование при неудачах, связанных с интеллектуальной деятельностью, спокойствие, уверенность в себе	Средняя выраженность эмоциональных переживаний в случае неудач в работе, требующей умственного напряжения	Высокая чувствительность (сильное эмоциональное переживание) по поводу расхождения между ожидаемым и реальным результатами умственной работы, сильное беспокойство по поводу работы, связанной с умственным напряжением
Коммуникативная сфера		
Эргичность (ЭРК)		
Низкая потребность в общении, социальная пассивность, «узкий» круг контактов, уход от социальных мероприятий, замкнутость	Нормальная потребность в общении, «средний» круг контактов, средневыраженное стремление к установлению новых знакомств, средняя степень общительности	Высокая потребность в общении, широкий круг контактов, тяга к людям, легкость в установлении социальных связей, стремление к лидерству
Пластичность (ПК)		
Низкий уровень готовности к вступлению в новые социальные контакты, тщательное продумывание своих поступков в процессе социального взаимодействия, стремление к поддерживанию однообразных контактов, ограниченный набор коммуникативных программ	Нормальная готовность к общению, типичное для среднего человека стремление к новым социальным контактам	Легкость вступления в новые социальные контакты, легкость переключения в процессе общения, импульсивность в общении, широкий набор коммуникативных программ

Низкие значения (12–25 баллов)	**Средние значения (26–34 балла)**	**Высокие значения (35–48 баллов)**
Скорость (СК)		
Низкая речевая активность, медленная вербализация, речевая заторможенность	Обычная скорость речевой активности и вербализации	Легкая плавная речь, быстрая вербализация, высокая скорость речевой активности
Эмоциональность (ЭК)		
Низкая чувствительность к неудачам в общении, ощущение радости и уверенности в себе в процессе взаимодействия с другими людьми	Среднеинтенсивное эмоциональное переживание в случае неудач в общении, типичная для человека чувствительность к оттенкам межличностных отношений; средневыраженная радость и уверенность в себе в процессе социального взаимодействия	Высокая чувствительность (ранимость) в случае неудач в общении, ощущение постоянного беспокойства в процессе социального взаимодействия; неуверенность, раздражительность в ситуации общения

Контрольная шкала (КШ). Контрольная шкала варьирует от 6 до 24 баллов. При значениях от 6 до 17 баллов испытуемые характеризуются более или менее адекватным восприятием своего поведения. Имеющие высокие значения по данной шкале (18—24 баллов) из обработки исключаются, поскольку у них наблюдается явно неадекватная оценка поведения. В своих ответах они стремятся выглядеть лучше, чем есть на самом деле.

Индексы и типы. Для решения ряда научных и научно-практических задач необходимо учитывать не только значение того или иного отдельного формально-динамического свойства, но и индексы и типы темперамента, отражающие различную степень интеграции формально-динамических свойств индивидуальности. Исходя из содержания корреляционных и факторных связей между шкалами ОФДСИ, В. М. Русалов предлагает выделять 6 наиболее важных индексов формально-динамических свойств человека.

Индексы активности.

1. Индекс психомоторной активности (ИПА) равен сумме баллов активностных шкал в психомоторной сфере.

   ИПА = ЭРМ + ИМ + СМ.

   ИПА варьирует от 36 до 144. Среднее значение (норма): 90 ± 12, т. е. от 78 до 102.

2. Индекс интеллектуальной активности (ИИА) равняется сумме баллов активностных шкал в интеллектуальной сфере.

   ИИА = ЭРИ + ПИ + СИ.

   ИИА варьирует от 36 до 144. Среднее значение (норма): 90 ± 12, т. е. от 78 до 102.

3. Индекс коммуникативной активности (ИКА) равен сумме баллов активностных шкал в коммуникативной сфере.

   ИКА = ЭРК + ПК + СК.

   ИКА варьирует от 36 до 144. Среднее значение (норма): 90 ± 12, т. е. от 78 до 102.

4. Индекс общей активности (ИОА) равняется сумме баллов всех активностных шкал во всех трех сферах.

   ИОА = ИПА + ИИА + ИКА.

   ИОА варьирует от 108 до 432. Среднее значение (норма): 180 ± 36, т. е. от 234 до 306.

5. Индекс общей эмоциональности (ИОЭ) равен сумме всех эмоциональных шкал в трех сферах.

   ИОЭ = ЭМ + ЭИ + ЭК.

   Среднее значение (норма): 90 ± 12, т. е. от 78 до 102.

6. Индекс общей адаптивности (ИОАД) равен разнице баллов между индексом общей активности и индексом общей эмоциональности.

   ИОАД = ИОА – ИОЭ.

   Индекс варьирует в пределах от 36 до 432. Среднее значение (норма): 180 ± 48, т. е. от 132 до 228.

На основании указанных индексов можно выделить довольно большое количество вариантов темперамента. Классификация этих типов — дело будуших исследований, как считает автор методики. Однако уже сейчас возможно говорить о девяти наиболее типичных вариантах (типах) формально-динамических свойств.

Дифференциальные типы. Чтобы вычислить дифференциальный тип темперамента в определенной сфсре поведения, нужно на оси ординат отложить значение индекса активности в данной сфере, а на оси абсцисс — значение соответствующей эмоциональной шкалы.

Тип 1. Если значения по обеим шкалам выше нормы, т. е. активность превышает 102, а эмоциональность превышает 34, данный испытуемый относится к категории «холерик» в соответствующей сфере.

Тип 2. Если значения по обеим шкалам меньше нормы, т. е. активность меньше 70, а эмоциональность — меньше 26, данный испытуемый — «флегматик».

Тип 3. Если у данного испытуемого активность выше нормы (т. е. превышает 102), а эмоциональность — ниже нормы (т. е. менее 26), то этот испытуемый —«сангвиник».

Тип 4. Если активность меньше нормы (т. е. меньше 78), а эмоциональность больше нормы (т. е. больше 34), то испытуемый — «меланхолик» в соответствующей сфере.

Тип 5. Если испытуемый имеет «нормальное» значение по шкале активности, а по шкале эмоциональности его значения ниже нормы (т. е. меньше 26), он принадлежит к «смешанному низкоэмоциональному типу».

Тип 6. Если у испытуемого «норма» по шкале активности, а по шкале эмоциональности его значения выше нормы (т. е. больше 34), данный испытуемый принадлежит к «смешанному высокоэмоциональному типу».

Тип 7. Если испытуемый по шкале активности имеет значение, превышающее норму (т. е. свыше 102), а по шкале эмоциональности его значения находятся в пределах нормы, он принадлежит к «смешанному высокоактивному типу».

Тип 8. Если испытуемый по шкале активности имеет значение ниже нормы, а по шкале эмоциональности его значения — в пределах нормы, он принадлежит к «смешанному низкоактивному типу».

Тип 9. Если значения и активности и эмоциональности находятся в пределах нормы, то испытуемый принадлежит к «неопределенному типу».

Общий тип темперамента. Вычисления общего типа проводятся аналогично вычислению дифференциального типа. Для этого на оси ординат следует указать значения ИОА (индекс общей активности), а на оси абсцисс — значение индекса ИОЭ (индекса общей эмоциональности). Названия типов те же, что и в случае дифференциальных типов.

Если оба значения выше нормы, испытуемый — «холерик»; если оба ниже нормы, это — «флегматик». Если по шкале общей активности значение выше нормы, а по шкале общей эмоциональности — ниже, данный человек — «сангвиник». В том случае, когда общая активность ниже нормы, а общая эмоциональность выше, это — «меланхолик». Если все значения находятся в пределах нормы — «неопределенный» тип. «Смешанный высокоэмоциональный» тип отмечается, когда по активности значение — в пределах нормы, а по общей эмоциональности — выше. Если же по активности значение пребывает в пределах

нормы, а по общей эмоциональности ниже ее, это — «смешанный низкоэмоциональный» тип. Когда по шкале общей активности выявляется значение, превышающее норму, а по общей эмоциональности находящееся в ее пределах, человек относится к «смешанному высокоактивному» типу. Если по шкале общей активности значение ниже нормы, а по общей эмоциональности в пределах нормы, это — «смешанный низкоактивный» тип.

Методика «Определение преобладающего типа темперамента»

Источник: *Ивашкин В. С.* Психологическое изучение школьников. Владимир, 1990. С. 49–52.

Лица с четко выраженными свойствами, относящимися только к одному типу темперамента, встречаются сравнительно редко. Гораздо чаще людям свойственны смешанные типы темперамента, характеризующиеся свойствами, которые присущи разным типам, но с преобладанием одного из них.

Для преобладающего типа темперамента и выявления представленности в нем свойств других типов можно использовать метод идентификации, предложенный А. Беловым в 1971 г. Испытуемому последовательно предъявляются 4 карточки, на каждой из которых написано по 20 свойств, характерных для представителей каждого типа темперамента: I карточка — холерика, II — сангвиника, III — флегматика, IV — меланхолика.

Инструкция требует внимательно прочитать перечень свойств и поставить знак (+), если испытуемый считает, что это свойство ему присуще, и знак (–), если оно у него отсутствует. В сомнительных случаях никакой знак не ставится.

Холерик

1. Неусидчивость, суетливость.
2. Невыдержанность, вспыльчивость.
3. Нетерпеливость.
4. Резкость и прямолинейность в отношениях с людьми.
5. Решительность и инициативность.
6. Упрямство.
7. Находчивость в споре.
8. Неритмичность в работе.
9. Склонность к риску.
10. Незлопамятность, необидчивость.
11. Быстрота и страстность речи.
12. Неуравновешенность и склонность к горячности.
13. Нетерпимость к недостаткам.
14. Агрессивность забияки.
15. Выразительность мимики.
16. Способность быстро действовать и решать.
17. Неустанное стремление к новому.
18. Обладание резкими, порывистыми движениями.
19. Настойчивость в достижении поставленной цели.
20. Склонность к резкой смене настроения.

Сангвиник

1. Жизнерадостность.
2. Энергичность и деловитость.
3. Недоведение начатого дела до конца.
4. Склонность переоценивать себя.
5. Способность быстро схватывать новое.

6. Неустойчивость в интересах и склонностях.
7. Легкое переживание неудачи и неприятностей.
8. Легкое приспособление к разным обстоятельствам.
9. Увлеченность любым делом.
10. Быстрое остывание, когда дело перестает интересовать.
11. Быстрое включение в новую работу и переключение с одного вида работы на другой.
12. Тяготение однообразной, будничной, кропотливой работой.
13. Общительность и отзывчивость, нескованность в общении с другими людьми.
14. Выносливость и работоспособность.
15. Громкая, быстрая, отчетливая речь.
16. Сохранение самообладания в неожиданной, сложной ситуации.
17. Обладание всегда добрым настроением.
18. Быстрое засыпание и пробуждение.
19. Частая несобранность, поспешность в решениях.
20. Склонность иногда скользить по поверхности, отвлекаясь.

Флегматик

1. Спокойствие и хладнокровие.
2. Последовательность и обстоятельность в делах.
3. Осторожность и рассудительность.
4. Умение ждать.
5. Молчаливость, нежелание болтать по пустякам.
6. Обладание спокойной, равномерной речью, без резко выраженных эмоций, жестикуляций и мимики.
7. Сдержанность и терпеливость.
8. Доведение начатого дела до конца.
9. Умение применять свои силы в дело (не растрачивать их по пустякам).
10. Строгое придерживание выработанного распорядка жизни, системы в работе.
11. Легкое сдерживание порывов.
12. Маловосприимчивость к одобрению и порицанию.
13. Незлобивость, проявление снисходительного отношения к колкостям в свой адрес.
14. Постоянство в своих отношениях и интересах.
15. Медленное вовлечение в работу и переключение с одного вида работы на другой.
16. Ровность в отношениях со всеми.
17. Аккуратность и порядок во всем.
18. Трудное приспособление к новой обстановке.
19. Обладание выдержкой.
20. Постепенное схождение с новыми людьми.

Меланхолик

1. Стеснительность и застенчивость.
2. Растерянность в новой обстановке.
3. Затруднительность в установлении контактов с незнакомыми людьми.
4. Неверие в свои силы.
5. Легкое перенесение одиночества.
6. Чувство подавленности и растерянности при неудачах.
7. Склонность уходить в себя.
8. Быстрая утомляемость.
9. Обладание тихой речью, иногда снижающейся до шепота.
10. Невольное приспособление к характеру собеседника.

11. Впечатлительность до слезливости.
12. Чрезвычайная восприимчивость к одобрению и порицанию.
13. Предъявлсние высоких требований к себе и окружающим.
14. Склонность к подозрительности, мнительности.
15. Беспечная чувствительность и легкая ранимость.
16. Чрезмерная обидчивость.
17. Скрытность и необщительность, нежелание делиться своими мыслями.
18. Малоактивность и робость.
19. Безропотность и покорность.
20. Стремление вызвать сочувствие и помощь окружающих.

Обработка результатов.

1. Подсчитать количество плюсов по каждой карточке отдельно.
2. Вычислить процент положительных ответов по каждому типу темперамента:

$$X = \frac{A^{*}}{A}100; \quad C = \frac{A^{**}}{A}100; \quad \Phi = \frac{A^{***}}{A}100; \quad M = \frac{A^{****}}{A}100,$$

где X, C, Ф, M — типы темперамента; A^{*}, A^{**}, A^{***}, A^{****} — число положительных ответов по карточкам, A — общее число положительных ответов по 4 карточкам.

В конечном виде «формула темперамента» может приобрести такой вид:

$$T = 35\%X + 30\%C + 14\%\Phi + 21\%M.$$

Это значит, что данный темперамент на 35% — холерический, на 30% — сангвинический, на 14% — флегматический и на 21% — меланхолический.

Если число положительных ответов по какому-либо типу темперамента составляет 40% и выше, значит, данный тип темперамента является доминирующим.

Методика «Шкала оценок для измерения реактивности ученика» (Я. Стреляу)

Инструкция. Определите по 5-балльной шкале интенсивность каждого из названных свойств. При оценке следует исходить из конкретных, наблюдаемых форм и способов поведения учащегося.

- 1 — наименьшая интенсивность данного свойства (полное отсутствие);
- 5 — самая высокая интенсивность данного свойства;
- 3 — средняя оценка, означает умеренную интенсивность данного свойства.

Выбранную цифру нужно обвести кружком. После оценки всех 10 категорий поведения результаты суммируются.

Бланк для ответов

Категории поведения	Баллы		
	1	2 3 4	5
1. Способен учиться длительное время без перерывов	Поминутно прерывает работу, а если этого не может сделать, совершает ошибки	2 3 4	Несмотря на продолжительную работу, не испытывает утомления
2. Способен к устойчивой концентрации внимания	Не может сосредоточиться, легко отвлекается	2 3 4	Целиком поглощен заданием. Ничего не замечает, кроме него

Окончание бланка для ответов

Категории поведения	Баллы		
	1	2 3 4	5
3. Обладает стойкостью перед неудачами	При неудачах перестает учиться, плачет	2 3 4	При неудачах еще больше мобилизуется, не нервничает
4. Охотно выполняет ответственную работу	Охотнее подчиняется, боится брать инициативу на себя	2 3 4	Любит верховодить, берет на себя ответственность
5. Способен работать в неблагоприятной обстановке	Шум и прочее мешают работе	2 3 4	В любых условиях работает успешно
6. Отказывается от действий при обнаружении препятствий	Даже небольшое препятствие вызывает отказ	2 3 4	Препятствия не отбивают охоту к дальнейшей работе
7. В присутствии начальства ведет себя как обычно	В присутствии посторонних конфузится, избегает встреч с начальством	2 3 4	Присутствие посторонних (директора) на уроке не смущает
8. Проявляет нервозность перед важным заданием	С неохотой пишет контрольные работы, больше думает о неудаче	2 3 4	На контрольных и экзаменах не нервничает
9. Охотно выполняет действия, требующие бо́льших усилий	Избегает утомительных действий	2 3 4	Любит действия, требующие усилий и выносливости
10. Легко преодолевает временные колебания настроения и депрессию	Легко травмируется под влиянием конфликтных ситуаций. С трудом восстанавливает душевное равновесие	2 3 4	Тяжелые жизненные ситуации не выводят из равновесия. Быстро приходит в себя

Обработка результатов и их интерпретация. Каждый ответ оценивается из 5 баллов. В сумме можно получить максимум 50, минимум — 10. Уровень реактивности тем ниже, чем большее число баллов набрал испытуемый.

Опросник «Исследование психологической структуры темперамента» (Б. Н. Смирнов)

Опросник Б. Н. Смирнова позволяет выявить ряд полярных свойств темперамента:

- экстраверсию—интроверсию,
- эмоциональную возбудимость — эмоциональную уравновешенность,
- темп реакций (быстрый—медленный),
- активность (высокую—низкую).

Он также имеет шкалу искренности испытуемого при ответах на вопросы, позволяющую оценить надежность полученных результатов.

Ход выполнения задания. Психолог обращается к испытуемым со словами: «Вам предлагается ответить на 48 вопросов. Отвечайте на каждый вопрос “да” (+) или “нет” (–), ста-

вя свой ответ рядом с номером вопроса. Отвечайте на все вопросы, ничего не пропуская. Чем искреннее будут ваши ответы, тем точнее изучите свой темперамент».

Испытуемым дается бланк ответов, либо они заготавливают его сами, записывая числа от 1 до 48 четырьмя столбиками по 12 чисел в каждом.

Текст опросника

1. Вы любите часто бывать в компании?
2. Вы избегаете иметь вещи, которые ненадежны, непрочны, хотя и красивы?
3. Часто ли у Вас бывают подъемы и спады настроения?
4. Во время беседы Вы очень быстро говорите?
5. Вам нравится работа, требующая полного напряжения сил и способностей?
6. Бывает ли, что Вы передаете слухи?
7. Считаете ли себя человеком очень веселым и жизнерадостным?
8. Вы очень привыкаете к определенной одежде, ее цвету и покрою, так что неохотно меняете ее на что-нибудь другое?
9. Часто ли чувствуете, что нуждаетесь в людях, которые Вас понимают, могут ободрить и утешить?
10. У Вас очень быстрый почерк?
11. Ищете ли Вы сами себе работу, занятие, хотя можно было бы и отдыхать?
12. Бывает ли так, что Вы не выполняете свои обещания?
13. У Вас много очень хороших друзей?
14. Трудно ли оторваться от дела, которым Вы поглощены, и переключиться на другое?
15. Часто ли Вас терзает чувство вины?
16. Обычно Вы ходите очень быстро, независимо от того, спешите или нет?
17. В школе Вы бились над трудными задачами до тех пор, пока не решали их?
18. Бывает ли, что иногда соображаете хуже, чем обычно?
19. Вам легко найти общий язык с незнакомыми людьми?
20. Часто ли Вы планируете, как будете вести себя при встрече, беседе и т. д.?
21. Вспыльчивы и легко ли ранимы намеками и шутками над Вами?
22. Во время беседы Вы быстро жестикулируете?
23. Чаще всего просыпаетесь ли Вы утром свежим и хорошо отдохнувшим?
24. Возникают ли у Вас такие мысли, что Вы не хотели бы, чтобы о них знали другие?
25. Вы любите подшучивать над другими?
26. Склонны ли Вы к тому, чтобы основательно проверить свою точку зрения, прежде чем сообщить ее кому-либо?
27. Часто ли Вам снятся кошмары?
28. Обычно легко ли Вы запоминаете и усваиваете новый учебный материал?
29. Вы настолько активны, что Вам даже несколько часов трудно бытъ без дела?
30. Бывает ли, что, разозлившись, Вы выходите из себя?
31. Вам не трудно внести оживление в довольно скучную компанию?
32. Вы обычно довольно долго раздумываете, принимая какое-то решение, даже не очень важное?
33. Вам говорили, что Вы принимаете все слишком близко к сердцу?
34. Вам нравится играть в игры, требующие быстрой и хорошей реакции?
35. Если у Вас что-то долго не получается, то все же пытаетесь сделать это?
36. Возникало ли у Вас, хотя и кратковременное, чувство раздражения к родителям?
37. Считаете ли Вы себя открытым и общительным человеком?

38. Обычно Вам трудно взяться за новое дело?
39. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
40. Обычно Вам трудно что-то делать вместе с медлительными и неторопливами людьми?
41. Вы можете в течение дня долго и продуктивно заниматься чем-либо, не чувствуя усталости?
42. У Вас есть привычки, от которых следовало бы избавиться?
43. Вас иногда принимают за человека беззаботного?
44. Считаете ли Вы хорошим другом только того, чья симпатия к Вам надежна и проверена?
45. Вас можно быстро рассердить?
46. Во время дискуссии Вы обычно быстро находите подходящий ответ?
47. Вы можете заставить себя долго и продуктивно, не отвлекаясь, заниматься чем-либо?
48. Бывает, что Вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?

Ключ к опроснику. *Экстраверсия—интроверсия.* «Да»: (1, 7, 13, 19, 25, 31, 37) × 3; (4, 43) × 2.

Ригидность—пластичность. «Да»: (8, 26, 32) × 3; (2, 14, 20, 38, 44) × 2; «нет» — (19, 46) × 1.

Эмоциональная возбудимость—уравновешенность. «Да»: (15, 21, 33, 39, 45) × 3; (3, 9) × 2; 27 × 1.

Темп реакции. «Да»: (4, 16, 28) × 3; (10, 22, 34, 40, 46) × 2.

Активность. «Да»: (5, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47) × 3; 10 × 1; «нет»: 38 × 1.

Искренность. «Да»: (30, 36, 42, 48) × 3; (6, 12) × 2; (18, 24. 25) × 1; «нет»: 23 × 1.

Обработка результатов. Ответ в соответствии с ключом оценивается от 1 до 3 баллов.

1. Подсчитать сумму баллов по каждой шкале опросника.

2. Определить искренность ответов по шкале «искренность». Если показатель по этой шкале 13–20 баллов, то надежность результатов высокая, 8–12 — средняя, 1–7 — низкая.

Таблица интерпретации результатов

	Очень высокая	Высокая	Средняя	Высокая	Очень высокая	
Экстраверсия	22–26	17–21	12–16	7–11	0–6	Интроверсия
Ригидность	16–23	12–15	7–11	3–6	0–2	Пластичность
Эмоциональная возбудимость	18–20	14–17	8–12	4–7	0–3	Эмоциональная устойчивость
Быстрота реакции	20–22	14–19	9–13	5–8	0–4	Медлительность
Активность	24–26	21–23	14–20	9–13	0–8	Пассивность

Методика «Свойства и формула темперамента»

Источник: Ратанова Т. А., Шляхт Н. Ф. Психодиагностические методы изучения личности. М., 1998.

По инструкции испытуемый должен прочитать каждое свойство темперамента и отметить знаком «+» или выписать число на листок (от 1 до 4), обозначающее выраженность у него данного свойства.

1. Энергетический потенциал:
   1) очень большой;
   2) большой;
   3) достаточный;
   4) малый.
2. Характер расходования энергии:
   1) быстрый, неравномерный, большими взрывами;
   2) равномерный, умеренно быстрый;
   3) равномерный, медленный;
   4) быстрый, малыми вспышками.
3. Энергетическое истощение:
   1) быстрое после большого напряжения;
   2) медленное;
   3) очень медленное;
   4) быстрое после небольшого напряжения.
4. Накопление энергии:
   1) быстрое;
   2) умеренное быстрое;
   3) умеренное;
   4) медленное.
5. Уравновешенность нервных и психических процессов:
   1) неуравновешенный;
   2) уравновешенный;
   3) уравновешенный;
   4) неуравновешенный.
6. Скорость, переключаемость нервных и психических процессов:
   1) скорость большая, переключаемостъ легкая;
   2) скорость большая, переключаемостъ легкая;
   3) скорость малая, переключаемость медленная;
   4) скорость значительная, переключаемость медленная.
7. Переделка динамического стереотипа:
   1) быстрая, но не легкая;
   2) легкая и быстрая;
   3) медленная;
   4) медленная и трудная.
8. Эмоциональные переживания:
   1) сильные, краткие, экстравертивные;
   2) поверхностные, краткие, экстравертивные;
   3) слабые, интровертивные;
   4) глубокие, длительные, интровертивные.
9. Аффективность:
   1) выраженная;
   2) нет;
   3) нет;
   4) наибольшая.

10. Настроение:
    1) неустойчивое, с преобладанием бодрого, боевого;
    2) жизнерадостное, веселое, устойчивое;
    3) устойчивое, без больших радостей и страданий;
    4) неустойчивое, с преобладанием тоски, печали, пессимизма.
11. Адаптация:
    1) хорошая;
    2) отличная;
    3) медленная;
    4) трудная.
12. Реактивность:
    1) на сильные раздражители еще более интенсивная реакция;
    2) реакция соответствует раздражителю;
    3) слабая, медленная реакция на сильные раздражители;
    4) сильная реакция на слабые раздражители.
13. Двигательные реакции (походка, мимика, жесты):
    1) резкие, быстрые, неравномерные;
    2) равномерные, быстрые, плавные;
    3) медленные, однообразные;
    4) многообразные, неравномерные, слабые.
14. Речь:
    1) громкая, резкая, неравномерная;
    2) громкая, плавная, живая;
    3) монотонная, медленная;
    4) тихая.
15. Терпение:
    1) слабое;
    2) умеренное;
    3) большое;
    4) очень большое.
16. Общительность:
    1) общителен;
    2) общителен;
    3) необщителен;
    4) замкнут в себе.
17. Агрессивность:
    1) агрессивен;
    2) миролюбив;
    3) сдержан;
    4) покорен.
18. Отношение к критике:
    1) агрессивное;
    2) спокойное;
    3) безразличное;
    4) обидчивое.

19. Активность:
    1) страстная, увлекающаяся натура;
    2) энергичен, деловит или болтун;
    3) неутомимый труженик;
    4) слабая и неравномерная активность.
20. Отношение к новому:
    1) положительное, оптимистичное;
    2) как к старому, так и к новому;
    3) отрицательное;
    4) либо восторженное, либо пессимистичное.
21. Отношение к опасности:
    1) боевое, рисковое, без расчета, горячее;
    2) расчетливое, без растерянности и риска;
    3) хладнокровное, невозмутимое, с самообладанием;
    4) тревожное, растерянное, подавленно-безразличное.
22. Достижение цели:
    1) прямое, рывками, с полной отдачей сил;
    2) быстрое, плавное, с обходом препятствий и учетом ситуации;
    3) медленное, но упорное и верное;
    4) отступление от трудных препятствий.
23. Самооценка и взаимооценка:
    1) значительная переоценка себя, «все сделаю сам»;
    2) некоторая переоценка себя, но и прибегание к помощи;
    3) трезвая оценка своих возможностей, а также возможностей других;
    4) недооценка себя, надежда на других.
24. Внушаемость, мнительность:
    1) умеренная;
    2) небольшая;
    3) наименьшая;
    4) наибольшая.

Обработка результатов. 1. Подсчитать: а) число свойств (из найденных у себя) холерического темперамента (количество ответов под номером 1), затем число свойств сангвинического темперамента (количество ответов под номером 2), потом число свойств флегматического темперамента (количество ответов под номером 3) и, наконец, число свойств меланхолического темперамента (количество ответов под номером 4); б) общее число отмеченных знаком (+) конкретных свойств разных типов темперамента.

2. Высчитать процент положительных ответов по каждому типу темперамента.

3. Произвести вычисления по формуле темперамента:

$$Ф_т = \frac{A_1}{A}100Х + \frac{A_2}{A}100С + \frac{A_3}{A}100Ф + \frac{A_4}{A}100М,$$

где А — общее число отмеченных конкретных свойств различных типов темперамента (число написанных цифр); A_1 — число свойств (из найденных у себя) холерического темперамента (количество 1); A_2 — число свойств сангвинического темперамента (количество 2); A_3 — число свойств флегматического темперамента (количество 3); A_4 — число свойств меланхолического темперамента (количество 4).

Опросник Гекса для определения характерологических особенностей личности

Источник: *Гришин В. В., Лушин В. П.* Методики психодиагностики в учебно-воспитательном процессе. М., 1990.

Ход выполнения задания. Экспериментатор предлагает испытуемым следующее задание: поставить крестик (один или два, в зависимости от степени выраженности качества, обозначенного вопросом) около той черты характера, которая имеется в виду, прочерк — отсутствие черты.

Текст опросника

1. Не может оставаться спокойным, если его не замечают, желает привлекать к себе внимание.
2. Внутренний мир мало привлекает его внимание (эмоции, чувства и т. д.).
3. Обращает огромное внимание на свой внутренний мир, ведет дневник.
4. Любит «светский» образ жизни, придает большое значение условным формулам вежливости.
5. Говорит мало и очень редко смеется.
6. Очень изворотлив, умеет извлечь пользу из любого дела, найти выход из всякого положения, оппортунист.
7. Все его поведение подчинено определенным принципам, уважает расписания и предписания.
8. Живет беззаботно, старается взять как можно больше от жизни.
9. Работает с большим старанием, упорно преследуя в работе отдаленные цели.
10. Живет, не заботясь ни о прошлом, ни о будущем.
11. Часто и долго раздумывает об уже прошедших событиях, и его волнует мысль о том, что можно было бы поступить иначе.
12. Сердечный, щедрый, душа общества, весельчак.
13. Когда ему противоречат, становится раздражительным и ворчливым.
14. Испытывает потребность казаться лучше, упрекает Вас в необъективности.
15. Держится с достоинством, не упрекает Вас за излишнюю официальность, «церемонность», за чувство дистанции.
16. Легко находит общий язык в отношениях с другими людьми, легко приспосабливается к различным ситуациям.
17. «Методический ум», любит порядок во всем, регулярность.
18. Ищет перемен, развлечений, новой обстановки, встряски.
19. Любит уединение, боится контактов с незнакомыми людьми, страдает от непонимания окружающих.
20. Счастлив уже тем, что живет; верит, что все рано или поздно образуется; оптимист.
21. Тревожен, нерешителен, очень легко теряет уверенность в себе; не хватает уверенности в собственных силах.
22. Быстро принимает решение, затем тщательно выполняет задуманное.
23. Обладает как бы прирожденным авторитетом, темпераментом вожака, руководителя.
24. Его упрекают за то, что берется за слишком много дел и не может закончить то, что начал.
25. Очень требователен как к себе, так и к окружающим.
26. Его упрекают за то, что не всегда следит за собой, ленив.
27. Благоразумен, осторожен, предусмотрителен, маловосприимчив к разным влияниям извне, имеет слишком независимый характер.

28. Очень мягкий характер, легко позволяет руководить собой.
29. Его упрекают за упрямство, обидчивость.
30. Намеренно циничен, язвителен, полон иронии.
31. Чувствует, что его привлекают великие дела, трудные начинания.
32. Питает интерес к необычному, мистическому, странному.
33. Очень привязан к своим привычкам, образу жизни, не совершает необдуманных поступков.
34. Его упрекают за непостоянство настроения, за некоторую агрессивность, раздражительность, может быть — даже враждебность.
35. Очень терпелив и упорен в работе.
36. Прежде всего ищет удобства и покоя.
37. Склонен к излишествам, крайностям, возможно — даже и к безрассудству.
38. Производит впечатление совершенно безразличного ко всему и равнодушного человека, который не проявляет явного интереса к окружающим его людям, событиям, вещам.

Таблица ответов

	Номера типов							
	1	2	3	4	5	6	7	8
	9, 23, 25, 31, 37	1, 12, 20, 22, 24	3, 11, 13, 19, 21	1, 14, 18, 32, 34	7, 15, 17, 27, 35	2, 4, 6, 16, 30	5, 29, 33, 36, 38	2, 8, 10, 26, 28
Общая формула характера								

Примечание. Некоторые номера в таблице представлены дважды. Колонка, которая содержит наибольшее количество крестиков, указывает на преимущественный тип темперамента (характера). Неосновной же называется паратипом.

По таблице определяется тип: 1-й — страстно-эмоциональный; 2-й — щедро-холерический; 3-й — сентиментально-чувственный; 4-й — нервный; 5-й — флегматический; 6-й — сангвинический (реалистический); 7-й — апатический (тормозной); 8-й — аморфный.

За основу данных типов взята классификация личностей Ле Сенна.

Анализ результатов. Ответы на данный опросник могут быть следующего типа: ×× — черта характера выражена весьма отчетливо, × — черта характера присутствует, но выражена не столь отчетливо; *прочерк* говорит об отсутствии данной черты.

На последней линии в таблице ответов указываются результаты подсчетов общего количества крестиков по колонкам, что и будет формулой характера испытуемого. Например: 2–3–1–7–2–7–1–5. Нервный реалистический тип — основной. Параморфный тип — паратип.

Тест «Темперамент и социотипы» (Хейманс)

Приводится только первая часть теста, касающаяся выявления типов темперамента.

Инструкция. Перед Вами ряд вопросов, предлагающих 2 или 3 альтернативы, рядом с которыми указано число, соответствующее каждому варианту ответа. Может случиться, что, имея два варианта ответа, Вы не сможете отдать предпочтение ни одному из них. В этом случае в бланке для ответов укажите промежуточное число, но не злоупотребляйте этим, а лучше дольше подумайте над вопросом.

Текст опросника

I

1. Принимаете ли Вы близко к сердцу мелочи, о которых знаете, что они не имеют большого значения, случается ли сильно волноваться из-за пустяков? (9) Или волнуют только серьезные события (1)?
2. Насколько активно Вы проводите свободное время? Вы учитесь в вечернее время, занимаетесь общественной деятельностью, изготавливаете различные поделки, работаете с книгами — вообще любите любую работу, которую никто не заставляет делать? (9) Или пользуетесь свободным временем, чтобы доставить себе удовольствие, ни в чем себе не отказываете (5), или подолгу ничего не делаете, мечтаете, а то и просто развлекаетесь (телевизор, радио...) (1)?
3. Часто ли Вами руководит идея отдаленного будущего: копить деньги, собирать материалы для производительной работы; думаете ли об отдаленных последствиях ваших поступков (9), или Вас интересует главным образом скорый, непосредственный результат (1)?

II

1. Вы легко возмущаетесь, или воодушевляетесь (9), или спокойно принимаете вещи такими, какие они есть (1)?
2. Нужно ли Вам сделать большое тягостное усилие, чтобы перейти от идеи к действию (1), или Вы немедленно и без затруднений осуществляете то, что задумали (9)?
3. Тщательно ли Вы готовитесь к делу, рассматриваете различные варианты (предвидение несчастных случаев, неудач, изучение маршрутов, внимательная экипировка (9) или полагаетесь на вдохновение момента (1)?

III

1. Обидчивы ли Вы, может ли Вас глубоко задеть критика, насмешливое замечание (9), или критика и замечания Вас не интересуют (1)?
2. Легко ли Вас обескураживают трудности или задачи, которые оказались слишком утомительными (1), или трудности стимулируют к деятельности и возбуждают идеи, если для их осуществления нужно приложить усилия (9)?
3. Есть ли у Вас строгие принципы, которыми Вы стараетесь руководствоваться (9), или предпочитаете гибко приспосабливаться к обстоятельствам (1)?

IV

1. Легко ли Вас может взволновать неожиданное событие? Вздрагиваете, когда Вас внезапно окликают? Легко ли Вы краснеете (9), или Вас трудно взволновать, вывести из себя, из равновесия (1)?
2. Любите ли Вы мечтать о прошлом или о будущем, или о чем-то совершенно воображаемом (1); или предпочитаете действовать, или, по крайней мере, составлять точные планы, которые реально подготавливают будущее (9)?
3. Постоянны ли Вы в ваших замыслах, всегда ли заканчиваете то, что начали (9), или часто бросаете задачу, не закончив ее (1)?

V

1. Горячитесь ли Вы, когда говорите? Повышаете ли голос во время беседы, испытываете ли потребность в очень выразительных словах (9) или говорите не спеша, спокойно, уравновешенно (1)?
2. Делаете ли Вы то, что необходимо сделать тотчас, без всяких затруднений (написать письмо, уладить дело) (9), или Вы склонны откладывать «на потом» (1)?
3. Постоянны ли Вы в своих симпатиях (продолжаете знакомства со времени детства, регулярно посещаете одних и тех же людей) (9) или часто меняете друзей и приятелей, перестаете без особых причин навещать людей, которых посещали раньше (1)?

VI

1. Приводит ли Вас в уныние новая задача или изменение, которое в перспективе должно произойти с Вами (9), или Вы подходите к этой ситуации со спокойствием (1)?
2. Принимаете ли Вы решение немедленно даже в трудных случаях (9) или нерешительны и долго колеблетесь (1)?
3. После приступа гнева (а если никогда не гневаетесь, то после того, как столкнулись с вызывающим отношением) сразу ли Вы примиряетесь и больше об этом не думаете (1), или некоторое время остаетесь в плохом настроении (5), или примиряетесь с трудом (9)?

VII

1. Бывает ли так, что Вы переходите от возбужденного состояния к удрученному, от радости — к грусти, и наоборот, из-за пустяков или даже без видимых причин (9), или у Вас обычно ровное настроение (1)?
2. Подвижны ли Вы, непоседливы, жестикулируете при разговоре, ходите взад и вперед даже при отсутствии сильных эмоций (9), или Вас не тревожат эмоциии, Вы чаще неподвижны (1)?
3. Есть ли у Вас строгие привычки, которыми Вы сильно дорожите, может быть, Вы привязаны к регулярному повторению некоторых своих поступков (9), или Вам внушает отвращение все, что «обычно» и предвидимо заранее; сюрприз является для Вас большим удовольствием (1)?

VIII

1. Часто ли Ваш ум осаждают сомнения по поводу поступков, не имеющих значения? Часто ли Вы сохраняете в голове совершенно бесполезную мысль, которая не дает Вам покоя (9), или такое тягостное состояние бывает лишь в исключительных случаях (1)?
2. Верно ли, что Вы без колебаний производите изменение, даже если знаете, что оно требует от Вас больших усилий (9), или отступаете перед работой, которую для этого надо сделать, и предпочитаете довольствоваться существующим положением вещей (1)?
3. Любите ли Вы порядок, симметрию, регулярность (9), или порядок кажется Вам скучным, Вы испытываете потребность всюду находить разнообразие и проявлять фантазию (1)?

IX

1. Случается ли Вам быть взволнованным до такой степени, что это мешает делать необходимое (9), или никогда не случается (1)?
2. Заинтересованы ли Вы в выполнении поручения, которое даете Вашему ребенку, учащемуся, подчиненному? Отдав распоряжение, Вы чувствуете, что уже избавились от заботы (1), или следите за его исполнением, проверяя, все ли делается так, как надо, и к нужному ли сроку (9)?
3. Способны ли Вы правильно распределить свои силы, любите ли составлять планы, расписания, программы деятельности (9) или начинаете действовать без заранее разработанного плана (1)?

X

1. Часто ли Вы чувствуете себя несчастным (9) или обычно довольны судьбой, и даже если дела идут не так, как хочется, думаете больше о необходимых действиях, а не о переживаниях (1)?
2. Что Вам больше нравится: смотреть за действиями других, например наблюдать игру, в которую сами не играете (1), или предпочитаете действовать, а не смотреть, поскольку простое созерцание наскучивает (9)?
3. Когда Вы составили какое-то мнение, упорно ли за него держитесь (9) или Вас легко переубедить и соблазнить новой идеей (1)?

Обработка результатов. Суммируйте баллы по горизонтали и запишите сумму в столбце XI. Если сумма баллов больше 54, поставьте в столбце XII знак «+», если сумма меньше 46 баллов, то «–». Первая строка в бланке для ответов — Э (эмоциональность), вторая — А (активность: физическая, волевая, практическая), третья — В (вторичность: те, у кого В+, склонны постоянно соотносить свои теперешние действия с прошлыми, постоянны в своих симпатиях, доводят до конца свои замыслы, «аккумулируют» настроение и долго не могут разрядиться; «первичные» (или В–) действуют адекватно ситуации, не очень оглядываясь на свой прошлый опыт, живут в настоящем — здесь и теперь). Эти характеристики Э, А, В являются врожденными.

Темпераменты складываются из следующих сочетаний

Темперамент	Э	А	В
Страстный	+	+	+
Холерик	+	+	–
Сентиментальный меланхолик	+	–	+
Флегматик	–	+	+
Нервный	+	–	–
Сангвиник	–	+	–
Апатик	–	–	+
Аморфик	–	–	–

Страстный человек очень эмоционален и активен, но вторичность (В+) не дает ему «выйти из берегов», направляет его активность в одну сторону, не дает ему разбрасываться.

Холерик не очень беспокоится о последствиях своих поступков (В–), поэтому отличается решительностью, оптимистичностью (А+). Часто проявляет сердечность (Э+), но не всегда обладает чувством меры.

Сентиментальный меланхолик чувствителен, мечтателен. Вторичность приводит его к осторожности, к стремлению предвидеть далекие последствия поступков. Но низкая активность, неумение мобилизоваться в трудной ситуации делает его робким.

Флегматик — психически устойчивый тип; он активен, хорошо рассчитывает наперед свои действия, инициативен, но при этом не склонен тратить время на ненужные, с его точки зрения, переживания. Убедить флегматика можно только доводами.

Нервный по малейшему поводу переживает, но ничего не предпринимает, чтобы преодолеть трудную ситуацию, которую ему не всегда удается спрогнозировать.

Сангвиник хорошо адаптирован, спокоен; к конфликтам относится скорее как к игре, стремясь их преодолеть. Первичность (В–) делает его открытым для решения любых проблем.

Апатик способен выполнять повседневную работу, требующую определенного порядка.

Аморфик готов любую работу отложить на завтра. В его поступках нет элементарной пунктуальности.

Э+ — этик, Э– — логик. Если сумма баллов по какой-либо характеристике находится в интервале 46–54, то тип темперамента — промежуточный между соответствующими типами. Например, если Э+ — 72 балла, В+ — 84 балла, а А — 52 балла, этот тип промежуточный между страстным и меланхоличным.

Методика Д. Кейрси

Методика предназначена для определения типа темперамента. Опросник разработан в 1956 г. профессором Калифорнийского университета Дэвидом Кейрси. Перевод и адаптация методики осуществлены Б. В. Овчинниковым, К. В. Павловым, И. М. Владимировой.

Инструкция. Вам предлагается опросник для изучения типичных способов поведения и личностных характеристик. Опросник состоит из 70 утверждений (вопросов), каждое из которых имеет 2 продолжения (ответа). Подчеркиваем, что все ответы равноценны, правильных или неправильных здесь быть не может. Ваша задача:

- прочесть каждое из утверждений вместе с двумя его возможными продолжениями;
- выбрать то продолжение, которое свойственно вам в большинстве жизненных ситуаций;
- вписать знак (+) в соответствующем квадрате регистрационного листа (он помещен после текста опросника).

Просьба работать в темпе, подолгу не задумываясь над ответами. Работайте последовательно, не пропуская вопросов.

Текст опросника

1. В компании (на вечеринке) Вы:
   а) общаетесь со многими, включая и незнакомцев;
   б) общаетесь с немногими — Вашими знакомыми.
2. Вы человек скорее:
   а) реалистичный, чем склонный теоретизировать;
   б) склонный теоретизировать, чем реалистичный.
3. Как по-вашему, что хуже:
   а) витать в облаках;
   б) придерживаться проторенной дорожки.
4. Вы более подвержены влиянию:
   а) принципов, законов;
   б) эмоций, чувств.
5. Вы более склонны:
   а) убеждать;
   б) затрагивать чувства.
6. Вы предпочитаете работать:
   а) выполняя все точно в срок;
   б) не связывая себя определенными сроками.
7. Вы склонны делать выбор:
   а) довольно осторожно;
   б) внезапно, импульсивно.
8. В компании (на вечеринке) Вы:
   а) остаетесь допоздна, не чувствуя усталости;
   б) быстро утомляетесь и предпочитаете пораньше уйти.
9. Вас более привлекают:
   а) здравомыслящие люди;
   б) люди с богатым воображением.

10. Вам интереснее:
    а) то, что происходит в действительности;
    б) те события, которые могут произойти.
11. Оценивая поступки людей, Вы больше учитываете:
    а) требования закона, чем обстоятельства;
    б) обстоятельства, чем требования закона.
12. Обращаясь к другим, Вы склонны:
    а) соблюдать формальности, этикет;
    б) проявлять свои личные, индивидуальные качества.
13. Вы человек скорее:
    а) точный, пунктуальный;
    б) неторопливый, медлительный.
14. Вас больше беспокоит необходимость:
    а) оставлять дела незаконченными;
    б) непременно доводить дела до конца.
15. В кругу знакомых Вы, как правило:
    а) в курсе происходящих там событий;
    б) узнаете о новостях с опозданием.
16. Повседневные дела Вам нравится делать:
    а) общепринятым способом;
    б) своим оригинальным способом.
17. Предпочитаете таких писателей, которые:
    а) выражаются буквально, напрямую;
    б) пользуются аналогиями, иносказаниями.
18. Что Вас больше привлекает:
    а) стройность мысли;
    б) гармония человеческих отношений.
19. Вы чувствуете себя увереннее:
    а) в логических умозаключениях;
    б) в практических оценках ситуаций.
20. Вы предпочитаете, когда дела:
    а) решены и устроены;
    б) не решены и пока не улажены.
21. Как по-вашему, вы человек скорее:
    а) серьезный, определенный;
    б) беззаботный, беспечный.
22. При телефонных разговорах Вы:
    а) заранее не продумываете все, что нужно сказать;
    б) мысленно «репетируете» то, что будет сказано.
23. Как вы считаете, факты:
    а) важны сами по себе;
    б) есть проявления общей закономерности.

24. Фантазеры, мечтатели обычно:
    а) раздражают Вас;
    б) довольно симпатичны Вам.
25. Вы чаще действуете как человек:
    а) хладнокровный;
    б) вспыльчивый, горячий.
26. Как по-вашему, хуже быть:
    а) несправедливым;
    б) беспощадным.
27. Обычно Вы предпочитаете действовать:
    а) тщательно оценив все возможности;
    б) полагаясь на волю случая.
28. Вам приятнее:
    а) покупать что-либо;
    б) иметь возможность купить.
29. В компании Вы, как правило:
    а) первым заводите беседу;
    б) ждете, когда с Вами заговорят.
30. Здравый смысл:
    а) редко ошибается;
    б) часто попадает впросак.
31. Детям часто не хватает:
    а) практичности;
    б) воображения.
32. В принятии решений Вы руководствуетесь скорее:
    а) принятыми нормами;
    б) своими чувствами, ощущениями.
33. Вы человек скорее:
    а) твердый, чем мягкий;
    б) мягкий, чем твердый.
34. Что, по-вашему, больше впечатляет:
    а) умение методично организовать;
    б) умение приспособиться и довольствоваться достигнутым.
35. Вы больше цените:
    а) определенность, законченность;
    б) открытость, многовариантность.
36. Новые и нестандартные отношения с людьми:
    а) стимулируют, придают Вам энергии;
    б) утомляют Вас.
37. Вы чаще действуете как:
    а) человек практического склада;
    б) человек оригинальный, необычный.

38. Вы более склонны:
   а) находить пользу в отношениях с людьми;
   б) понимать мысли и чувства других.
39. Что приносит Вам больше удовлетворения:
   а) тщательное и всестороннее обсуждение спорного вопроса;
   б) достижение соглашения по поводу спорного вопроса.
40. Вы руководствуетесь более:
   а) рассудком;
   б) велениями сердца.
41. Вам удобнее выполнять работу:
   а) по предварительной договоренности;
   б) которая подвернулась случайно.
42. Вы обычно полагаетесь:
   а) на организованность, порядок;
   б) на случайность, неожиданность.
43. Вы предпочитаете иметь:
   а) много друзей на непродолжительный срок;
   б) несколько старых друзей.
44. Вы руководствуетесь в большей степени:
   а) фактами, обстоятельствами;
   б) общими положениями, принципами.
45. Вас больше интересуют:
   а) производство и сбыт продукции;
   б) проектирование и исследования.
46. Что Вы скорее сочтете за комплимент:
   а) «Вот очень логичный человек»;
   б) «Вот тонко чувствующий человек».
47. Вы более цените в себе:
   а) невозмутимость;
   б) увлеченность.
48. Вы предпочитаете высказывать:
   а) окончательные и определенные утверждения;
   б) предварительные и неоднозначные утверждения.
49. Вы лучше чувствуете себя:
   а) после принятия решения:
   б) не ограничивая себя решениями.
50. Общаясь с незнакомыми, Вы:
   а) легко завязываете продолжительные беседы;
   б) не всегда находите общие темы для разговора.
51. Вы больше доверяете:
   а) своему опыту;
   б) своим предчувствиям.

52. Вы чувствуете себя человеком:
    а) более практичным, чем изобретательным;
    б) более изобретательным, чем практичным.
53. Кто заслуживает большего одобрения:
    а) рассудительный, здравомыслящий человек;
    б) человек, глубоко переживающий.
54. Вы более склонны:
    а) быть прямым и беспристрастным;
    б) сочувствовать людям.
55. Что, по-вашему, предпочтительнее:
    а) удостовериться, что все подготовлено и улажено;
    б) предоставить событиям идти своим чередом.
56. Отношения между людьми должны строиться:
    а) на предварительной взаимной договоренности;
    б) в зависимости от обстоятельств.
57. Когда звонит телефон, Вы:
    а) торопитесь подойти первым;
    б) надеетесь, что подойдет кто-нибудь другой.
58. Что Вы цените в себе больше:
    а) развитое чувство реальности;
    б) пылкое воображение.
59. Вы больше придаете значения:
    а) тому, что сказано;
    б) тому, как сказано.
60. Что выглядит большим заблуждением:
    а) излишняя пылкость, горячность;
    б) чрезмерная объективность, беспристрастность.
61. Вы в основном считаете себя:
    а) трезвым и практичным;
    б) сердечным и отзывчивым.
62. Какие ситуации привлекают Вас больше:
    а) регламентированные и упорядоченные;
    б) неупорядоченные и нерегламентированные.
63. Вы человек скорее:
    а) педантичный, чем капризный;
    б) капризный, чем педантичный.
64. Вы чаще склонны:
    а) быть открытым, доступным людям;
    б) быть сдержанным, скрытным.
65. В литературных произведениях Вы предпочитаете:
    а) буквальность, конкретность;
    б) образность, переносный смысл.

66. Что для вас труднее:
   а) находить общий язык с другими;
   б) использовать других в своих интересах.
67. Чего бы Вы себе больше пожелали:
   а) ясности размышлений;
   б) умения сочувствовать.
68. Что хуже:
   а) быть неприхотливым;
   б) быть излишне привередливым.
69. Вы предпочитаете:
   а) запланированные события;
   б) незапланированные события.
70. Вы склонны поступать скорее:
   а) обдуманно, чем импульсивно;
   б) импульсивно, чем обдуманно.

Обработка и интерпретация результатов. Подсчет результатов производится при суммировании крестиков — зачеркнутых клеток во всех вертикальных столбцах ответного бланка (по вариантам *а* и *б* раздельно). Таким образом, получаем 14 чисел, объединенных в 7 пар; числа вписываются в ячейки под столбцами. Затем суммы первых двух столбцов переписываются в нижние ячейки *E* и *I*, а 3-го и 4-го столбцов — в ячейки под числами 5-го и 6-го столбцов, и вновь производится суммирование.

Таким образом, в ячейку *S* вписывается сумма чисел 3-го и 5-го столбцов, а в ячейку *N* — сумма чисел 4-го и 6-го столбцов. Аналогичные действия производятся с последующими столбцами, так что в ячейку *T* вписывается сумма чисел 7-го и 9-го столбцов, в ячейку *F* — сумма чисел 8-го и 10-го столбцов; в ячейку *J* — сумма чисел 11-го и 13-го столбцов, в ячейку *P* — сумма чисел 12-го и 14-го столбцов.

В нашем распоряжении 4 пары чисел — *EI*, *SN*, *TF* и *JP*. В каждой паре обведите ту букву (*E* или *I*, *S* или *N*, *T* или *F*, *J* или *P*), которой соответствует большее число из пары. Если числа равные (для шкалы *E—I* это 5—5, для всех остальных 10—10), обводите правую букву.

В результате вы получили 4 объединенные буквы. Они обозначают ваш психологический портрет. Это могут быть комбинации:

ESFP	*ESFJ*	*ENFJ*	*ENTJ*
ISFP	*ISFJ*	*INFJ*	*INTJ*
ESTP	*ESTJ*	*ENFP*	*ENTP*
ISTP	*ISTJ*	*INFP*	*INTP*

Теперь определим яркость выраженности вашего типа, или просто «яркость». Она обозначается добавлением к одной из четырех букв символа *b* (от англ. *brightness*). Например: *E*(*b*), *S*(*b*), *N*(*b*), *T*(*b*) и т. д.

Яркость вычисляется следующим образом: для первой шкалы (*E—I*) от большего числа из пар, записанных в нижних ячейках, отнимаем 5 и результат умножаем на 2. Для остальных шкал: от большего в паре нижних чисел отнимаем 10. Арифметическая сумма яркостей по всем 4 шкалам представляет собой суммарную яркость выраженности вашего типа (*Z*). По этому показателю люди делятся на «ярких» ($20 < Z(b) < 40$) и «неярких» ($0 < Z(b) < 20$). Для «ярких» тип более выражен и более устойчив во времени, для вторых он менее выражен и менее устойчив во времени.

Расшифровка обозначений.

E—I (*Extravertion—Introvertion*) — экстраверсия — интроверсия.

S—N (*Sensation—Intuition*) — здравомыслие — интуиция.

T—F (*Thinking—Feeling*) — логичность — чувствование.

J—P (*Judging—Perceiving*) — рассудительность — импульсивность.

Сочетания *ESFP, ISFP, ESTP, ISTP* (первый столбец в приведенной выше таблице) соответствуют типу темперамента *SP* (условное название «Дионисий»).

Сочетания *ESFJ, ISFJ, ESTJ, ISTJ* соответствуют типу темперамента *SJ* («Эпиметей»).

Сочетания *ENFJ, INFJ, ENFP, INFP* соответствуют типу темперамента *NF* («Аполлон»).

Сочетания *ENTJ, INTJ, ENTP, INTP* соответствуют типу темперамента *NT* («Прометей»).

Ответный бланк к опроснику Д. Кейрси

Ответный бланк
к опроснику Кейрси

Фамилия, инициалы ______________________________

Дата ____________________

1 a b	1 a b	1 a b	1 a b	1 a b	1 a b	1 a b
8 a b	9 a b	10 a b	11 a b	12 a b	13 a b	14 a b
15 a b	16 a b	17 a b	18 a b	19 a b	20 a b	21 a b
22 a b	23 a b	24 a b	25 a b	26 a b	27 a b	28 a b
29 a b	30 a b	31 a b	32 a b	33 a b	34 a b	35 a b
36 a b	37 a b	38 a b	39 a b	40 a b	41 a b	42 a b
43 a b	44 a b	45 a b	46 a b	47 a b	48 a b	49 a b
50 a b	51 a b	52 a b	53 a b	54 a b	55 a b	56 a b
57 a b	58 a b	59 a b	60 a b	61 a b	62 a b	63 a b
64 a b	65 a b	66 a b	67 a b	68 a b	69 a b	70 a b

E I S N T F J P

Тест-опросник для диагностики свойств и типа темперамента (EPQ, форма А) (Г. Айзенк)

Инструкция. Вам предлагается 57 вопросов об особенностях Вашего поведения и Ваших чувств. Отвечайте на вопросы плюсом «да» и минусом «нет». Работайте быстро, не затрачивая много времени на их обдумывание, так как наиболее интересна Ваша первая реакция, а не результат слишком долгих раздумий. Помните, что отвечать надо на каждый вопрос. Здесь не может быть хороших или плохих ответов. Это не испытание Ваших способностей, а лишь выяснение особенностей Вашего поведения.

1. Часто ли Вы испытываете тягу к новым впечатлениям, поискам приключений, смене обстановки?
2. Часто ли Вы нуждаетесь в друзьях, которые понимают все, могут ободрить и утешить?
3. Вы человек беспечный, беззаботный?
4. Очень ли Вам трудно сказать кому-то «нет»?
5. Задумываетесь ли Вы перед тем, как что-то предпринимать?
6. Если Вы обещаете что-либо сделать, то всегда ли сдерживаете свое слово?
7. Часто ли у Вас меняется настроение?
8. Обычно Вы действуете и говорите быстро, не задумываясь?
9. Часто ли Вы чувствуете себя несчастным человеком, без достаточных на то причин?
10. Упорно ли Вы спорите, до конца отстаивая свою точку зрения?
11. Появляется ли у Вас чувство робости или смущения, когда хотите познакомиться с симпатичным представителем противоположного пола?
12. Выходите ли Вы иногда из себя, сердясь не на шутку?
13. Часто ли вы действуете под влиянием минутного настроения?
14. Часто ли Вы переживаете оттого, что сделали или сказали такое, что не следовало бы?
15. Отдаете ли Вы обычно предпочтение книгам, а не встречам с друзьями?
16. Легко ли Вас обидеть?
17. Любите ли Вы часто бывать в компаниях?
18. Возникают ли у Вас мысли, которые Вы хотели бы скрыть от других?
19. Бывает ли так, что иногда Вы так полны энергией, что все горит в руках, а иногда вялы?
20. Предпочитаете ли Вы иметь меньше друзей, но зато особенно близких?
21. Часто ли Вы мечтаете?
22. Когда с Вами говорят в повышенных тонах, отвечаете ли тем же?
23. Часто ли Вас беспокоит чувство вины?
24. Все ли Ваши привычки хороши и желательны?
25. Способны ли Вы дать волю своим чувствам и как следует повеселиться в компании?
26. Считаете ли Вы себя человеком возбудимым и чувствительным?
27. Считают ли Вас окружающие живым и веселым человеком?
28. Часто ли Вы, сделав какое-нибудь важное дело, испытываете такое чувство, что могли бы сделать его лучше?
29. Когда находитесь в обществе других людей, Вы больше молчите?
30. Не бывает ли так, что иногда Вы сплетничаете?
31. Случается ли так, что Вы не можете заснуть оттого, что в голову лезут разные мысли?
32. Если Вы захотите узнать о чем-нибудь, то предпочтете прочитать об этом в книге, газете, чем спросить?

33. Бывает ли у Вас сильное сердцебиение?
34. Нравится ли Вам работа, требующая постоянного внимания?
35. Бывает ли такое состояние, что Вас бросает в дрожь от волнения в какой-то экстремальной ситуации?
36. Всегда ли Вы платили бы за провоз багажа в транспорте, если бы не опасались проверки?
37. Неприятно ли Вам находиться в обществе, где подшучивают, насмехаются друг над другом?
38. Вы раздражительны?
39. Нравится ли Вам работа, которая требует быстроты действий?
40. Волнуетесь ли Вы по поводу неприятных событий?
41. Вы ходите медленно, не спеша?
42. Вы когда-нибудь опаздывали на работу или встречу?
43. Часто ли Вы видите кошмарные сны?
44. Верно ли, что Вы так любите поговорить, что никогда не упускаете случая побеседовать даже с незнакомым человеком?
45. Беспокоят ли Вас какие-либо боли?
46. Вы бы почувствовали себя очень несчастным, если бы длительное время были лишены широкого общения с людьми?
47. Можно ли назвать Вас нервным человеком?
48. Есть ли среди знакомых те, которые Вам явно не нравятся?
49. Можно ли сказать, что Вы уверенный в себе человек?
50. Легко ли Вы обижаетесь, если другие указывают на Ваши ошибки в работе или личные недостатки?
51. Считаете ли Вы, что трудно получить настоящее удовольствие от вечеринки?
52. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
53. Легко ли Вам внести оживление в довольно скучную компанию?
54. Случается ли говорить о вещах, в которых Вы не разбираетесь?
55. Беспокоитесь ли Вы о своем здоровье?
56. Любите ли Вы шутить?
57. Страдаете ли Вы от бессонницы?

Все 57 вопросов делятся на три группы. 24 вопроса выявляют, экстраверт Вы или интроверт. Следующие 24 вопроса связаны с Вашей эмоциональной устойчивостью или неустойчивостью. Оставшиеся 9 вопросов определяют, насколько Вы искренни в ответах.

Обработка результатов. За каждый ответ, совпадающий с ключом, ставится 1 балл. Баллы по каждой из трех шкал суммируются.

Ключ к опроснику. *Шкала интроверсии—экстраверсии*: 1+, 3+, 5–, 8+, 10+, 13+, 15–, 17+, 20–, 22+, 25+, 27+, 29–, 32-, 34+, 37–, 39+, 41–, 44+, 46+, 49+, 51–, 53+, 56+.

Шкала эмоциональной устойчивости—неустойчивости: 2+, 4+, 7+, 9+ 11+, 14+, 16+, 19+, 21+, 23+, 26+, 28+, 31+, 33+, 35+, 38+, 40+, 43+, 45+, 47+, 50+, 52+, 55+, 57+.

Шкала скрытности—откровенности (искренность): 6+, 12–, 18–, 24+, 30–, 36+, 42–, 48–, 54–.

Интерпретация результатов. Если Вы набрали 12 и более баллов по первой шкале, Вы — экстраверт (12–18 баллов — умеренная экстраверсия, 19–24 — значительная), если у Вас меньше 12 баллов, то Вы интроверт (1–7 — значительная интроверсия, 8–11 — умеренная).

Если у Вас 12 и менее баллов по второй шкале, то Вы эмоционально устойчивы (до 10 баллов — высокая устойчивость, 11–12 — средняя); если более 12 баллов, то Вы эмоционально неустойчивы (15–18 — высокая, 19–24 — очень высокая неустойчивость).

Если Вы набрали более 4 баллов, то Ваши ответы были не всегда искренними и свидетельствуют о тенденции ориентироваться на хорошее впечатление о себе.

С помощью опросника, по мнению Г. Айзенка, можно определить тип темперамента. Если изобразить координаты на листе бумаги и расположить баллы (от 0 до 24) по осям: устойчивость (стабильность)—нейротизм и экстраверсия—интроверсия, сочетание характеристик укажет на тип темперамента. В верхней правой части (неустойчивые экстраверты) окажутся холерики; в правой нижней — сангвиники; в левой нижней — флегматики, в левой верхней части — меланхолики. Правда, следует отметить, что эта гипотеза Г. Айзенка подвергнута рядом авторов критике.

Опросник Г. Айзенка (подростковый)

Цель. Выявить особенности темперамента ребенка.

Инструкция. «Тебе предлагается ряд вопросов об особенностях твоего поведения, если ты отвечаешь на вопрос утвердительно («согласен»), то поставь знак «+», если отрицательно («не согласен»), то знак «–». Отвечай на вопросы быстро, не раздумывая, так как важна первая реакция.

Текст опросника

1. Любишь ли ты шум и суету вокруг себя?
2. Часто ли ты нуждаешься в друзьях, которые могли бы тебя поддержать или утешить?
3. Ты всегда находишь быстрый ответ, когда тебя о чем-нибудь спрашивают, если это не на уроке?
4. Бываешь ли ты иногда сердитым, раэдражительным, злишься?
5. Часто ли у тебя меняется настроение?
6. Тебе больше нравится быть одному, чем встречаться с другими ребятами?
7. Бывает ли так иногда, что тебе мешают уснуть разные мысли?
8. Всегда ли ты делаешь так, как тебе говорят?
9. Любишь ли ты подшутить над кем-нибудь?
10. Ты когда-нибудь чувствовал себя несчастным, хотя для этого не было настоящей причины?
11. Ты веселый человек?
12. Ты когда-нибудь нарушал правила поведения в школе?
13. Многое ли раздражает тебя?
14. Тебе нравится такая работа, где надо делать все быстро?
15. Ты переживаешь из-за всяких страшных событий, которые чуть было не произошли, хотя все окончилось хорошо?
16. Тебе можно доверять любую тайну?
17. Можешь ли ты развеселить заскучавших ребят?
18. Бывает ли так иногда, что у тебя без всякой причины сильно бьется сердце?
19. Делаешь ли ты первый шаг для того, чтобы с кем-нибудь подружиться?
20. Ты когда-нибудь говорил неправду?
21. Сильно ли ты огорчаешься, если люди находят недостатки в работе, которую ты сделал?
22. Любишь ли ты рассказывать смешные истории, шутить со своими друзьями?
23. Часто ли ты чувствуешь себя усталым без всякой причины?
24. Ты всегда сначала делаешь уроки, а играешь уже потом?
25. Ты обычно весел и всем доволен?
26. Обидчив ли ты?

27. Любишь ли ты разговаривать и играть с другими ребятами?
28. Всегда ли ты выполняешь просьбы родных о помощи по хозяйству?
29. Бывает ли так, что у тебя иногда сильно кружится голова?
30. Любишь ли ты поставить кого-нибудь в неловкое положение, посмеяться над кем-нибудь?
31. Ты часто чувствуешь, что тебе что-нибудь очень надоело?
32. Ты любишь иногда похвастаться?
33. Ты чаще всего молчишь в обществе других людей?
34. Ты иногда волнуешься так сильно, что тебе трудно усидеть на месте?
35. Ты быстро решаешься на что-нибудь?
36. Ты иногда шумишь в классе, когда нет учителя?
37. Тебе часто снятся страшные сны?
38. Можешь ли ты забыть обо всем и от души повеселиться среди своих друзей, приятелей, подруг?
39. Тебя легко огорчить чем-нибудь?
40. Случалось ли тебе говорить плохо о ком-нибудь?
41. Можешь ли ты назвать себя беспечным, беззаботным человеком?
42. Если тебе случится попасть в неловкое положение, ты потом долго переживаешь?
43. Ты любишь шумные и веселые игры?
44. Ты всегда ешь все, что тебе предлагают?
45. Тебе трудно отказаться, если тебя о чем-нибудь просят?
46. Ты любишь часто ходить в гости?
47. Бывают ли такие моменты, что тебе не хочется жить?
48. Ты когда-нибудь был грубым с родителями?
49. Тебя считают веселым человеком?
50. Ты часто отвлекаешься, когда делаешь уроки?
51. Ты больше любишь сидеть в стороне и смотреть, чем самому принимать участие в общем веселье?
52. Тебе обычно бывает трудно уснуть из-за разных мыслей?
53. Ты обычно бываешь уверен в том, что сможешь справиться с делом, которое тебе поручают?
54. Часто ли ты чувствуешь себя одиноким?
55. Ты стесняешься первым заговаривать с незнакомыми людьми?
56. Часто ли ты решаешься на что-нибудь, когда уже поздно?
57. Когда кто-нибудь из ребят кричит на тебя, ты тоже кричишь в ответ?
58. Ты иногда чувствуешь себя особенно веселым или печальным без всякой причины?
59. Ты считаешь,что трудно получить настоящее удовольствие в гостях, на утреннике, на елке?
60. Тебе часто приходится волноваться из-за того, что ты сделал что-нибудь, не подумав?

Ключ.

1. *Экстраверсия—интроверсия*:

«да» («+») — 1, 3, 9, 11, 14, 17, 19, 22, 25, 27, 30, 35, 38, 41, 43. 46, 49, 53, 57;

«нет» (–) — 6, 33, 51, 55, 59.

2. *Нейротизм*:

«да» («+») – 2, 5, 7, 10, 13, 15, 18, 21, 23, 26, 29, 31, 34, 37, 39, 42, 45, 47, 50, 52, 54, 56, 58, 60.

3. *Показатель лжи*:

«да» («+») — 8, 16, 24, 28,44;

«нет» («–») — 4,12, 20, 32, 36, 40, 48.

Оценка результатов

Оценочная таблица для шкалы экстраверсия—интроверсия

Интроверсия		Экстраверсия	
значительная	**умеренная**	**умеренная**	**значительная**
1–7	8–11	12–18	19–24

Оценочная таблица для шкалы нейротизма

Эмоциональная устойчивость		Эмоциональная неустойчивость	
высокая	**средняя**	**высокая**	**Очень высокая**
до 10	11–14	15–18	19–24

По шкале лжи показатель в 4–5 баллов рассматривается как критический.

Методика определения уровня личностной тревожности (Ч. Спилбергер)

Инструкция. Прочитайте каждое из приведенных суждений и зачеркните цифру справа, соответствующую Вашему варианту ответа.

Суждение	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
1. Я испытываю удовольствие	1	2	3	4
2. Я быстро устаю	1	2	3	4
3. Я легко могу заплакать	1	2	3	4
4. Я хотел бы быть таким же счастливым, как и другие	1	2	3	4
5. Нередко я проигрываю из-за того, что недостаточно быстро принимаю решения	1	2	3	4
6. Я чувствую себя бодрым	1	2	3	4
7. Я спокоен, хладнокровен и собран	1	2	3	4
8. Ожидаемые трудности обычно очень тревожат меня	1	2	3	4
9. Я слишком переживаю из-за пустяков	1	2	3	4
10. Я вполне счастлив	1	2	3	4
11. Я принимаю все слишком близко к сердцу	1	2	3	4
12. Мне не хватает уверенности в себе	1	2	3	4

Суждение	Почти никогда	Иногда	Часто	Почти всегда
13. Я чувствую себя в безопасности	1	2	3	4
14. Я стараюсь избегать критических ситуаций и трудностей	1	2	3	4
15. У меня бывает хандра	1	2	3	4
16. Я доволен	1	2	3	4
17. Всякие пустяки отвлекают и волнуют меня	1	2	3	4
18. Я так сильно переживаю свои разочарования, что потом долго не могу о них забыть	1	2	3	4
19. Я уравновешенный человек	1	2	3	4
20. Меня охватывает сильное беспокойство, когда я думаю о своих делах и заботах	1	2	3	4

Обработка результатов. Прежде надо суммировать зачеркнутые числа в ответах: 2, 3, 4, 5, 8, 9, 11, 12, 14, 15, 17, 18, 20; затем вычесть из полученного результата сумму зачеркнутых чисел ответов: 1, 6, 7, 10, 13, 16, 19, 10; к полученной разнице прибавить 35.

Интерпретация данных. До 30 баллов — низкая тревожность или отсутствие таковой в психическом статусе личности; 31–45 баллов — умеренная личностная тревожность, 46 и более — высокая тревожность, постоянно дестабилизирующая личность.

Методика «Диагностика ригидности» (Г. Айзенк)

Инструкция. Если Вы полностью согласны с утверждениями о тех или иных особенностях поведения, представленными в опроснике, то рядом с номером утверждения поставьте 2 балла, если согласны в принципе — 1 балл, если не согласны вовсе — 0.

Текст опросника

1. Мне трудно менять привычки.
2. Я нелегко переключаю внимание.
3. Я очень настороженно отношусь ко всему новому.
4. Меня трудно переубедить.
5. Нередко у меня не выходят из головы мысли, от которых следовало бы освободиться.
6. Я трудно сближаюсь с людьми.
7. Меня расстраивают даже незначительные нарушения плана.
8. Нередко я проявляю упрямство.
9. Я неохотно иду на риск.
10. Я резко переживаю отклонения от принятого мною режима.

Обработка результатов. Подсчитывается сумма баллов, проставленных в соответствии с инструкцией. 0–7 баллов — ригидности нет, присуща легкая переключаемость с одной установки на другую; 8–14 баллов — средний уровень ригидности; 15–20 баллов — сильно выраженная ригидность.

Опросник для выявления выраженности макиавеллизма

Источник: *Зацепин В. И.* На пути к общей типологии личности. СПб., 2002.

Опросник предложен Кристи и Гейс (Christie, Geis, 1970) и состоит из 20 утверждений, половина из которых положительно, а другая — отрицательно связаны с данной чертой личности. Ответы даются по следующей градации: «совершенно согласен», «согласен», «трудно сказать», «не согласен», «совершенно не согласен».

Текст опросника

1. Никогда не говори кому-либо, почему ты делаешь что-то, если это тебе не приносит выгоды (+).
2. Большинство людей — хорошие и добрые (–).
3. Наилучший способ ладить с другими людьми — это говорить им только приятные вещи (+).
4. Ты должен делать что-либо лишь в том случае, если совершенно уверен, что это правильно (–).
5. Самое лучшее — это верить, что любой человек будет жульничать, если только представится подходящий случай (+).
6. Нужно всегда быть честным, несмотря ни на что (–).
7. Иногда можно и вред другому причинить, чтобы получить то, что хочется (+).
8. Большинство людей не будут работать прилежно, если их не заставлять (+).
9. Лучше быть обыкновенным, рядовым человеком и честным, чем известным и нечестным (–).
10. Лучше честно сказать человеку, почему тебе нужно, чтобы он помог тебе, чем изобретать какую-нибудь небылицу и обманным путем побудить его помогать тебе (–).
11. Преуспевающие люди в основном честные и хорошие (–).
12. Тот, кто верит всем, подвергает себя большой опасности (+).
13. Преступник такой же человек, как и все мы, только он оказался настолько глуп, что попался (+).
14. Большинство людей правдивы (–).
15. Быть добрым, хорошим с важными для тебя людьми, даже когда ты не любишь их, — это умно (+).
16. Можно быть хорошим человеком всегда и во всем (–).
17. Большинство людей не поддаются обману (их нелегко обмануть) (–).
18. Иногда надо немножко жульничать, обманывать, чтобы получить то, что хочешь (+).
19. Лгать, обманывать всегда нехорошо (–).
20. Потеря денег — это гораздо большая неприятность, чем потеря друга (+).

Обработка данных и вывод. Оценка каждого утверждения производится по 5-балльной шкале. В утверждениях, где стоит знак «+»: «совершенно согласен» — +5; «согласен» — +4; «трудно сказать» — +3; «не согласен» — 2; «совершенно не согласен» — 1. В случае со знаком «–» — наоборот: «совершенно согласен» — 1, а «совершенно не согласен» — +5. Количество набранных баллов суммируется, и результат показывает уровень «макиавеллизма» данного человека (от 20 — у искреннего, открытого, совершенно не умеющего манипулировать другими людьми «простачка» до 100 у человека в высшей степени манипулирующего).

Опросник для оценки уровня инфантильности (психопатии) личности

Источник: *Зацепин В. И.* На пути к общей типологии личности. СПб., 2002.

Опросник разработан Р. Харе и Дж. Конноли (Hare, Connolly, 1987) и в сокращенном варианте состоит из 15 пунктов (у авторов — из 22), ответы на которые даются лицами, оценивающими другого человека. Оценке подлежат следующие черты личности.

- Артистичность, кажущаяся безобидность, поверхностное очарование (то, что у нас зовется хлестаковщиной).
- Эгоцентричность, преувеличенное представление о значимости собственной персоны.
- Патологическое стремление лгать, обманывать.
- Хитрость, недостаток искренности.
- Почти полное отсутствие чувства вины и сожаления за причиненные кому-либо неприятности, обиды.
- Слабость чувств, эмоций, недостаток эмоциональной глубины, эмоциональная бедность.
- Недостаток эмпатии, неумение сочувствовать другим.
- Вспыльчивость, неумение контролировать свои негативные эмоции и поведение.
- Неразборчивость в сексуальных связях.
- Раннее проявление поведенческих проблем, девиантное поведение.
- Недостаточность реалистических долговременных планов.
- Частая смена партнеров, супругов.
- Склонность к рецидивам после прощения, освобождения из заключения.
- Неумение принять ответственность за свои действия.
- Разнообразие правонарушений.

Обработка данных. Каждый из пунктов оценивается по 3-балльной шкале (0, 1, 2) в зависимости от степени развития данной черты личности. Подсчитывается сумма баллов. Таким образом, низший уровень развития психопатии — 0, высший — 30 баллов.

Опросник В. Гербачевского для выявления уровня притязаний

Инструкция. Прочтите каждое из приведенных в опроснике высказываний и отметьте, в какой степени Вы согласны или не согласны с ним. Обведите кружочком соответствующую цифру в опроснике: если полностью согласны с высказыванием — +3; если просто согласны — +2; если скорее согласны, чем не согласны — +1; если Вы совершенно не согласны — –3; если просто не согласны — –2; если скорее не согласны, чем согласны — –1. Если же Вы не можете ни согласиться с высказыванием, ни отвергнуть его, то отметьте 0. Все высказывания относятся к тому, о чем Вы думаете, что чувствуете или хотите в момент, когда выполняете свою работу.

№ п/п	Высказывание	Шкала для ответов						
		–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
1	Работа мне уже порядком надоела	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
2	Я работаю на пределе своих сил	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3

Продолжение табл.

№ п/п	Высказывание	Шкала для ответов						
		–3	**–2**	**–1**	**0**	**+1**	**+2**	**+3**
3	Работая, я хочу показать все, на что я способен	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
4	Я чувствую, что меня вынуждают стремиться к высокому результату	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
5	Мне интересно, что получится	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
6	Работа довольно сложная	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
7	То, что я делаю, никому не нужно	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
8	Меня интересует, лучше ли мои результаты или хуже, чем у других	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
9	Делая работу, мне хочется побыстрее ее закончить и заняться другими делами	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
10	Работая, думаю, что мои результаты будут высокими	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
11	Ситуация работы может причинить мне неприятности	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
12	Чем лучше показываешь результат, тем больше хочется его превзойти	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
13	Я проявляю достаточно старания	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
14	Я считаю, что мой результат не случаен	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
15	Работа большого интереса не вызывает	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
16	Я сам ставлю перед собой задачи	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
17	Я беспокоюсь по поводу своих результатов	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
18	Я ощущаю прилив сил	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
19	Лучших результатов мне не добиться	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
20	Ситуация работы имеет для меня определенное значение (например, профессионального роста)	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
21	Я хочу ставить все более и более трудные цели	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
22	К своим результатам я отношусь равнодушно	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
23	Чем дольше работаешь, тем становится более интересно	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
24	Я не собираюсь «выкладываться» на этой работе	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
25	Скорее всего, мои результаты будут низкими	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
26	Как ни старайся, результат от этого не изменится	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
27	Я бы занялся сейчас чем угодно, только не этой работой	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3

№ п/п	Высказывание	Шкала для ответов						
		–3	**–2**	**–1**	**0**	**+1**	**+2**	**+3**
28	Работа достаточно простая	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
29	Я способен на лучший результат	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
30	Чем труднее цель, тем больше желание ее достигнуть	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
31	Я чувствую, что могу преодолеть все трудности на пути к цели	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
32	Мне безразлично, какими будут мои результаты в сравнении с другими	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
33	Я увлекся этой работой	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
34	Я хочу избежать низкого результата	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
35	Я чувствую себя независимым	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
36	Мне кажется, что я зря трачу время и силы	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
37	Я работаю вполсилы	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
38	Меня интересуют границы моих возможностей	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
39	Я хочу, чтобы мой результат оказался одним из лучших	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
40	Я сделаю все, что в моих силах, для достижения цели	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
41	Я чувствую, что у меня ничего не выйдет	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3
42	Испытание — это лотерея	–3	–2	–1	0	+1	+2	+3

2. Методики изучения индивидуальных особенностей эмоциональной сферы

Четырехмодальностный эмоциональный опросник (Л. А. Рабинович)

Методика направлена на выявление преобладающих у человека эмоций.

Это вопросник, в котором 46 вопросов; на них испытуемые могут дать 4 варианта ответа: «безусловно, да», «пожалуй, да», «пожалуй, нет» и «безусловно, нет». За первый ответ испытуемый получает 4 балла, за второй — 3 балла, за третий — 1 балл, за четвертый — 0. К каждой эмоции (радости, гневу, страху, печали) относится по 12 вопросов (2 вопроса являются одновременно прямыми для одной модальности (радости или печали) и обратными для другой).

Процедура анкетирования и вычисления индивидуальных оценок по каждой из модальностей такова. Перед анкетированием испытуемому вручается письменная инструкция, вопросник и бланк для ответов, имеющий 4 графы, соответствующие 4 вариантам ответов. Согласно инструкции, испытуемые должны заносить номера вопросов в те графы бланка ответов, которые им наиболее подходят.

Ответы испытуемых оцениваются экспериментатором по 4-балльной системе. Вычисление индивидуальных оценок по каждой из модальностей состоит в суммировании количества ответов каждого из указанных вариантов, умножении их на то количество баллов, которым данный вариант ответа оценивается, и суммировании баллов всех вариантов ответов. Максимально высокая индивидуальная оценка по каждой из модальностей — 48 баллов, минимальная — 0.

Из-за сложности понимания того, как подсчитывать сумму баллов, засчитываемых при ответах «нет», все вопросы подобного типа переделаны мною с отрицательных ответов на утвердительные.

Вопросы этой методики помогают выявлять не собственно эмоции, а настроение, оптимизм или пессимизм, агрессивность и другие характеристики личности, что, собственно, было предопределено целью создания данного опросника: выявить устойчивые эмоциональные переживания обследуемых. Поэтому данную методику в значительной мере можно рассматривать не как выявление в чистом виде переживаемых эмоций (радости, гнева, страха и печали), а как склонность субъекта к оптимистичности или пессимистичности, к позитивному или негативному эмоциональному фону.

Инструкция. Перед Вами вопросник и бланк, на котором предусмотрено 4 варианта ответов на указанные вопросы. Ваша задача — ответить на каждый из вопросов. Это делается таким образом: Вы читаете вопрос, выбираете один из 4 предложенных вариантов ответа («безусловно да» «пожалуй, да», «пожалуй, нет», «безусловно нет»), отражающий Ваше мнение. Поставьте крестик в соответствующей графе в листке для ответов. Отвечая на вопрос, каждый раз проверяйте, чтобы номер вопроса совпадал с таким же номером в листке для ответов.

Поскольку в разные периоды жизни Вы, возможно, отвечали бы на один и тот же вопрос по-разному, при ответе исходите из того, что характерно для Вас сейчас, в настоящее время.

Дальше Вы так же поступаете со всеми остальными вопросами, всякий раз тщательно обдумывая, какой из 4 вариантов ответа Вам больше всего подходит.

Основное условие нашего эксперимента — Ваша добросовестность и искренность.
Если Вам непонятна инструкция, прочтите ее еще раз.
Итак, начинайте работу!

1. Вы не решитесь пойти ночью в любое страшное место, даже если дело идет на спор?
2. Часто ли у Вас портится настроение, находит уныние, хандра?
3. Можно ли сказать, что Ваше настроение бывает чаще всего веселым и бодрым?
4. Страшно ли бывает Вам идти по темной, пустынной улице?
5. Страшно ли Вам смотреть вниз с большой высоты?
6. Часто ли Вы испытываете чувство неудачи, неудовлетворенности собой, разочарования в себе?
7. Если над Вами зло подшутили, привело бы это Вас в состояние гнева?
8. Овладевает ли Вами негодование, если не выполняются Ваши требования?
9. Легко ли Вы заражаетесь радостным настроением окружающих?
10. Можно ли о Вас сказать, что Вы не верите в свои силы?
11. Считаете ли Вы, что Ваши жизненные обстоятельства дают Вам много поводов для негодования, возмущения?
12. Вызывают ли у Вас страх страшные сцены в кинофильмах?
13. У Вас часто появляется желание с кем-нибудь поссориться?
14. Можно ли сказать, что у Вас преобладает радостное мироощущение?
15. Можно ли назвать Вас несмелым человеком?
16. Может ли небольшое затруднение в деятельности вызвать у Вас раздражение?
17. Испытываете ли Вы боязнь, когда Вам необходимо обратиться к начальнику, вышестоящему лицу?
18. Бываете ли Вы активным участником веселья в компаниях?
19. Вас легко рассердить?
20. Можно ли сказать о Вас, что Вы человек печальный?
21. Можно ли о Вас сказать, что у Вас преобладает грустное и унылое настроение?
22. Вам свойственно состояние удовлетворенности жизнью?
23. Боитесь ли Вы темноты в незнакомой обстановке?
24. Считаете ли Вы себя веселым человеком?
25. Вы не склонны предаваться невеселым, мрачным мыслям?
26. Вами овладевает неприятное чувство в лифте, в тоннеле?
27. Часто ли неудачи приводят Вас в отчаяние?
28. Можете ли Вы сказать про себя, что Вы по своей натуре оптимист?
29. Вызывают ли у Вас чувство тоски книги с плохим концом?
30. Боитесь ли Вы выходить на сцену, трибуну?
31. Вы неуступчивы?
32. Вами овладевает злость, если Вы очень торопитесь, а Вам помешали?
33. Когда на Вас кричат, вам хочется ответить тем же?
34. Свойственно ли вам переживать чувство страха при сильной грозе?
35. Если Вы терпите поражение в споре, овладевают ли Вами раздражение и злость?
36. Испытываете ли Вы радость, когда находите решение важной для Вас задачи?
37. Можете ли Вы присоединиться к мнению, что в жизни больше невзгод и печалей, чем радостей?
38. Кажется ли Вам будущее бесперспективным и мрачным?
39. Может ли небольшое препятствие, мешающее достичь желаемого, вызвать у Вас чувство подавленности?
40. Любите ли Вы веселое оживление и суету вокруг себя?

41. Легко ли Вы ощущаете чувство потери чего-то?
42. Овладевает ли Вами раздражение, если, как Вам кажется, Вас не понимает близкий человек?
43. Обычно по утрам у Вас бодрое и радостное настроение?
44. Овладевает ли Вами гнев так сильно, что Вы долго не можете успокоиться?
45. Вы, вероятно, отказались бы заниматься каким-либо опасным видом спорта?
46. Бывает ли у Вас чувство страха при необходимости посетить зубного врача или сделать укол?

Ключ. *Радость*. «Да» — номера вопросов: 3, 9, 14, 18, 22, 24, 25, 28, 36, 37, 40, 43.
Гнев. «Да» — номера вопросов: 7, 8, 11, 13, 16, 19, 31, 32, 33, 35, 42, 44.
Страх. «Да» — номера вопросов: 1, 4, 5, 12, 15, 17, 23, 26, 30, 34, 45, 46.
Печаль. «Да» — номера вопросов: 2, 6, 10, 20, 21, 25, 27, 29, 37, 38, 39, 41.

Количество баллов за каждый ответ: «безусловно да» — 4, «пожалуй, да» — 3, «пожалуй, нет» — 1, «безусловно нет» — 0.

Бланк для ответов

ФИО ____________________

Возраст ____________________

№ п/п	Безусловно да	Пожалуй, да	Пожалуй, нет	Безусловно нет	№ п/п	Безусловно да	Пожалуй, да	Пожалуй, нет	Безусловно нет
1					19				
2					20				
3					21				
4					22				
5					23				
6					24				
7					25				
8					26				
9					27				
10					28				
11					29				
12					30				
13					31				
14					32				
15					33				
16					34				
17					35				
18					36				

№ п/п	Безусловно да	Пожалуй, да	Пожалуй, нет	Безусловно нет	№ п/п	Безусловно да	Пожалуй, да	Пожалуй, нет	Безусловно нет
37					42				
38					43				
39					44				
40					45				
41					46				

Методика «Определение эмоциональной возбудимости» (П. В. Симонов)

Методика основана на определении сдвига электрокожного сопротивления (КГР) при эмоциогенном раздражителе. Измеряются:

- абсолютная величина КГР в состоянии покоя,
- величина КГР при воображаемом болевом раздражителе,
- величина КГР при ожидании болевого раздражителя.

Измерение этих показателей производится по Фере благодаря электронному потенциометру с записью КГР через усилитель на самопишущий прибор.

Методика «Эмоциональная возбудимость — уравновешенность» (Б. Н. Смирнов)

Инструкция. Вам предлагается ответить на несколько вопросов. Отвечайте на каждый вопрос «да (+) или «нет» (–), ставя свой ответ рядом с номером вопроса. Отвечайте на все вопросы, ничего не пропуская.

Учащимся дается бланк ответов, либо они его заготавливают сами, записывая числа от 1 до 15 тремя столбиками по 5 чисел в каждом.

Текст опросника

1. Часто ли Вас терзает чувство вины?
2. Бывает ли, что Вы передаете слухи?
3. Часто ли у Вас бывают подъемы и спады настроения?
4. Бывает ли так, что Вы не выполняете своих обещаний?
5. Часто ли чувствуете, что нуждаетесь в людях, которые Вас понимают, могут ободрить и утешить?
6. Возникают ли у Вас такие мысли, что Вы не хотели бы, чтобы о них знали другие?
7. Вспыльчивы и легко ли Вы ранимы намеками и шутками над Вами?
8. Вы любите подшучивать над другими?
9. Вы принимаете все близко к сердцу?
10. Возникало ли у Вас, хотя и кратковременно, чувство раздражения к родителям?
11. Беспокоит ли Вас чувство, что Вы чем-то хуже других?
12. У Вас есть привычки, от которых следовало бы избавиться?
13. Вас можно быстро рассердить?

14. Бывает ли, что Вы говорите о вещах, в которых совсем не разбираетесь?
15. Часто ли Вам снятся кошмары?

Обработка результатов. За ответ «да» на вопрос 15 начисляется 1 балл, на вопросы 3 и 5 — по 2 балла, на остальные вопросы (1, 7, 9, 11, 13, 14) — по 3 балла. В результате подсчитывается общая сумма.

Искренность определяется по ответам на вопросы 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14. За ответ «да» на вопросы 6 и 8 начисляется 1 балл; 2 и 4 — по 2 балла; 10, 12, 14 — по 3 балла. Подсчитывается сумма всех баллов. Если опрашиваемый набирает в итоге 1–7 баллов, то искренность его ответов низкая, как низка надежность и диагностики эмоциональной возбудимости.

Интерпретация результатов. Эмоциональная возбудимость:

- очень высокая — 18–20 баллов,
- высокая — 14–17 баллов,
- средняя — 8–13 баллов,
- низкая — 4–7 баллов,
- очень низкая — 0–3 балла.

Методика «Определение эмоциональности» (В. В. Суворова)

Предложена в 1976 г. и позволяет судить об эмоциональности по интегральному показателю.

Инструкция. Внимательно прочитайте (прослушайте) вопросы, и если описанные симптомы наблюдаются у Вас, то рядом с номером вопроса поставьте знак «+». Если же у Вас какие-либо симптомы отсутствуют, то поставьте знак «–».

Текст опросника

1. Можете ли Вы сильно покраснеть от смущения или стыда так, что сами ощущаете, что щеки пылают и слезы навертываются на глаза?
2. Приходилось ли Вам бледнеть от страха или огорчения?
3. Часто ли Вы смущаетесь, свойственна ли Вам застенчивость?
4. Легко ли Вы плачете от обиды, несчастья, сопереживания или даже от радости? Могут ли у Вас появиться слезы от эстетического удовольствия, когда слушаете музыку, читаете стихи?
5. Прошибал ли Вас пот в неприятной или трудной обстановке?
6. Наблюдается ли у Вас сухость во рту при сильном волнении? Садится ли у Вас при этом голос?
7. В моменты сильного волнения или смущения не ощущаете ли Вы скованности конечностей, когда ноги становятся негнущимися, «ходульными» или «ватными» и подкашиваются?
8. Не замечали ли Вы дрожание пальцев рук при сильном волнении или смущении, не бывает ли у Вас внутренней дрожи и схожего с ознобом состояния («мороз по коже»)?
9. Вы действительно перед каждым выступлением так волнуетесь, что Вам кажется, что Вы все забыли?
10. Можете ли Вы во время ответа на экзамене, публичного выступления потерять мысль, растеряться и замолчать?
11. Часто ли Вы раздражаетесь и возмущаетесь? Можете ли, рассердившись на ребенка, сгоряча наказать его?
12. Свойственно ли Вам ссориться с близкими, если Вы видите несправедливость их поступков? Часто ли при этом дело кончается Вашими слезами, унынием и раскаянием?

13. Вы действительно не можете отключиться от неприятностей и огорчений, не думать о них, и плохое настроение всецело владеет Вами длительное время?
14. Не замечали ли Вы в моменты волнения или смущения излишней суетливости, двигательной расторможенности?
15. Не бывает ли у Вас при волнении болей в области солнечного сплетения?

Обработка результатов опроса. За каждый утвердительный ответ начисляется по 1 баллу. Подсчитывается общая сумма баллов.

Интерпретация. Чем большее число баллов набирает испытуемый, тем выше его эмоциональность. От 0 до 5 баллов — эмоциональность низкая, от 6 до 10 баллов — средняя, от 11 баллов и выше — высокая.

Самооценочный тест «Характеристики эмоциональности» (Е. П. Ильин)

Тест предназначен для самооценки того, насколько выражены различные характеристики эмоций:

- эмоциональная возбудимость,
- эмоциональная реактивность (интенсивность, длительность),
- эмоциональная устойчивость (влияние эмоций на эффективность деятельности).

Инструкция. На каждый из заданных вопросов отвечайте «да», если согласны с тем, о чем Вас спрашивают, или же «нет» — если не согласны.

1. В разговоре Вы легко обижаетесь по пустякам?
2. Сильно ли Вы переживаете, когда сдаете экзамен менее успешно, чем ожидали?
3. Часто ли Вы не можете заснуть оттого, что в голову лезут волнующие Вас мысли?
4. Когда Вы сильно волнуетесь, у Вас все валится из рук?
5. Легко ли ранимы намеками и шутками над Вами?
6. Выходите ли Вы из себя, сердясь не на шутку?
7. Быстро ли Вы отходите после того, как разозлитесь?
8. Вам помогает волнение собраться с мыслями на экзамене?
9. Вас можно быстро рассердить?
10. Охватывает ли Вас ярость, когда с Вами поступают несправедливо?
11. Долго ли Вы не прощаете нанесенную Вам обиду?
12. Вы от страха «теряли голову»?
13. Легко ли Вы можете заплакать при трогательных сценах в театре или кино?
14. Сильно ли Вы волнуетесь перед ответственным делом или разговором?
15. Вы действительно долго переживаете из-за пустяков?
16. Можете ли Вы от сильного волнения совершить какую-нибудь глупость?
17. Вы легко откликаетесь на горе других?
18. Вы способны восторгаться, восхищаться чем- или кем-нибудь?
19. Долго ли вы переживаете оттого, что сказали такое, чего не следовало бы?
20. Вы не теряете контроль над собой, даже если очень волнуетесь?
21. Легко ли Вы обижаетесь, если Вас критикуют?
22. Вы впадаете в глубокое отчаяние при каких-либо разочарованиях?
23. Правда ли, что Вы недолго переживаете свои разочарования?
24. Бывает ли, что от возмущения Вы не можете вымолвить и слова, как будто у Вас язык к нёбу прилип?
25. Вы быстро начинаете злиться или впадать в гнев?

26. Вы сильно волнуетесь на экзамене?
27. Вы долго дуетесь на обидчика?
28. Часто ли на зачетах и экзаменах Вы из-за сильного волнения не можете показать все, на что способны?
29. Волнуетесь ли Вы из-за пустяков?
30. Вы действительно принимаете все близко к сердцу?
31. Вам действительно свойственно быстро забывать свои неудачи?
32. Это правда, что во время ссоры вы «не лезете за словом в карман»?

Обработка данных опроса. За каждый ответ в соответствии с ключом начисляется по 1 баллу. Подсчитывается сумма баллов по каждой из четырех шкал.

Ключ. Эмоциональная возбудимость: ответы «да» на вопросы 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29.

Интенсивность эмоций: ответы «да» на вопросы 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30.

Длительность эмоций: ответы «да на вопросы 3, 11, 15, 19, 27; ответы «нет» на вопросы 7, 23, 31.

Отрицательное влияние эмоций на эффективность деятельности и общения: ответы «да» на вопросы 4, 12, 16, 24, 28; ответы «нет» на вопросы 8, 20, 32.

Методика «Диагностика уровня эмпатии» (И. М. Юсупов)

Инструкция. Для выявления уровня эмпатии необходимо, отвечая (соглашаясь или нет) на каждое из 36 утверждений, оценивать ответы следующим образом: при ответе «не знаю» — 0 баллов, «нет, никогда» —1, «иногда» — 2, «часто» — 3, «почти всегда» — 4, при ответе «да, всегда» — 5. Отвечать нужно на все пункты.

Текст опросника

1. Мне больше нравятся книги о путешествиях, чем книги из серии «Жизнь замечательных людей».
2. Взрослых детей раздражает забота родителей.
3. Мне нравится размышлять о причинах успехов и неудач других людей.
4. Среди всех музыкальных телепередач предпочитаю «Современные ритмы».
5. Чрезмерную раздражительность и несправедливые упреки больного надо терпеть, даже если они продолжаются годами.
6. Больному человеку можно помочь даже словом.
7. Посторонним людям не следует вмешиваться в конфликт между двумя лицами.
8. Старые люди, как правило, обидчивы беспричинно.
9. Когда я в детстве слушал грустную историю, на мои глаза сами по себе наворачивались слезы.
10. Раздраженное состояние моих родителей влияет на мое настроение.
11. Я равнодушен к критике в мой адрес.
12. Мне больше нравится рассматривать портреты, чем картины с пейзажами.
13. Я всегда прощал все родителям, даже если они были не правы.
14. Если лошадь плохо тянет, ее надо хлестать.
15. Когда я читаю о драматических событиях в жизни людей, то чувствую, будто это происходит со мной.
16. Родители относятся к своим детям справедливо.
17. Видя ссорящихся подростков или взрослых, я вмешиваюсь.
18. Я не обращаю внимания на плохое настроение своих родителей.
19. Я подолгу наблюдаю за поведением животных, откладывая другие дела.

20. Фильмы и книги могут вызвать слезы только у несерьезных людей.
21. Мне нравится наблюдать за выражением лиц и поведением незнакомых людей.
22. В детстве я приводил домой бездомных кошек и собак.
23. Все люди необоснованно озлоблены.
24. Глядя на постороннего человека, мне хочется угадать, как сложится его жизнь.
25. В детстве младшие по возрасту ходили за мной по пятам.
26. При виде покалеченного животного я стараюсь ему чем-нибудь помочь.
27. Человеку станет легче, если внимательно выслушать его жалобы.
28. Увидев уличное происшествие, я стараюсь не попадать в число свидетелей.
29. Младшим нравится, когда я предлагаю им свою идею, дело или развлечение.
30. Люди преувеличивают способность животных чувствовать настроение своего хозяина.
31. Из затруднительной конфликтной ситуации человек должен выходить самостоятельно.
32. Если ребенок плачет, на то есть свои причины.
33. Молодежь должна всегда удовлетворять любые просьбы и чудачества стариков.
34. Мне хотелось разобраться, почему некоторые мои одноклассники были так задумчивы.
35. Беспризорных домашних животных следует отлавливать и уничтожать.
36. Если мои друзья начинают обсуждать со мной свои личные проблемы, я стараюсь перевести разговор на другую тему.

Обработка результатов. Подсчитывается сумма баллов. Но прежде нужно проверить степень откровенности обследуемого. Если он ответил «не знаю» на утверждения 3, 9, 11, 13, 28, 36 и «да, всегда» на утверждения 11, 13, 15 и 27, это свидетельствует о его желании выглядеть лучше и о недостаточной откровенности. Результатам тестирования можно доверять, если опрашиваемый дал не больше 3 неискренних ответов.

Выводы. При сумме от 82 до 90 баллов у человека очень высокий уровень эмпатии, от 63 до 81 — высокий, от 37 до 62 — средний, от 12 до 36 баллов — низкий, 11 баллов и менее — очень низкий уровень эмпатии.

Методика «Диагностика уровня эмпатии» (В. В. Бойко)

В структуре эмпатии В. В. Бойко выделяет несколько каналов.

Рациональный канал эмпатии. Характеризует направленность внимания, восприятия и мышления субъекта, выражающего эмпатию, на существо иного человека — на его состояние, проблемы, поведение. Это спонтанный интерес к другому, открывающий шлюзы эмоционального и интуитивного отражения партнера. В рациональном компоненте эмпатии не следует искать логику или мотивацию интереса к другому. Партнер привлекает внимание своей бытийностью, что позволяет выражающему эмпатию непредвзято выявлять его сущность.

Эмоциональный канал эмпатии. Фиксируется способность субъекта эмпатии эмоционально резонировать с окружающими — сопереживать, соучаствовать. Эмоциональная отзывчивость в данном случае становится средством «вхождения» в энергетическое поле партнера. Понять его внутренний мир, прогнозировать поведение и эффективно воздействовать возможно только в том случае, если произошла энергетическая подстройка к тому, кому адресована эмпатия.

Интуитивный канал эмпатии. Балльная оценка свидетельствует о способности респондента видеть поведение партнеров, действовать в условиях дефицита исходной информа-

ции о них, опираясь на опыт, хранящийся в подсознании. На уровне интуиции замыкаются и обобщаются различные сведения о партнерах. Интуиция, надо полагать, менее зависит от оценочных стереотипов, чем осмысленное восприятие партнеров.

Установки, способствующие или препятствующие эмпатии, соответственно облегчают или затрудняют действие всех эмпатических каналов. Эффективность эмпатии, вероятно, снижается, если человек старается избегать личных контактов, считает неуместным проявлять любопытство к другой личности, убедил себя спокойно относиться к переживаниям и проблемам окружающих. Подобные умонастроения резко ограничивают диапазон эмоциональной отзывчивости и эмпатического восприятия. Напротив, различные каналы эмпатии действуют активнее и надежнее, если нет препятствий со стороны установок личности.

Проникающая способность в эмпатии расценивается как важное коммуникативное свойство человека, позволяющее создавать атмосферу открытости, доверительности, задушевности. Каждый из нас своим поведением и отношением к партнерам способствует информационно-энергетическому обмену или препятствует ему. Расслабление партнера содействует эмпатии, а атмосфера напряженности, неестественности, подозрительности препятствует раскрытию и эмпатическому постижению.

Идентификация — еще одно непременное условие успешной эмпатии. Это умение понять другого на основе сопереживаний, постановки себя на место партнера. В основе идентификации — легкость, подвижность и гибкость эмоций, способность к подражанию.

Инструкция. Если Вы согласны с данными утверждениями, ставьте рядом с их номерами знак «+», если не согласны — знак «–».

Текст опросника

1. У меня есть привычка внимательно изучать лица и поведение людей, чтобы понять их характер, наклонности, способности.
2. Если окружающие проявляют признаки нервозности, я обычно остаюсь спокойным.
3. Я больше верю доводам своего рассудка, чем интуиции.
4. Я считаю вполне уместным для себя интересоваться домашними проблемами сослуживцев.
5. Я могу легко войти в доверие к человеку, если потребуется.
6. Обычно я с первой же встречи угадываю «родственную душу» в новом человеке.
7. Я из любопытства обычно завожу разговор о жизни, работе, политике со случайными попутчиками в поезде, самолете.
8. Я теряю душевное равновесие, если окружающие чем-то угнетены.
9. Моя интуиция — более надежное средство понимания окружающих, чем знания или опыт.
10. Проявлять любопытство к внутреннему миру другой личности бестактно.
11. Часто своими словами я обижаю близких мне людей, не замечая того.
12. Я легко могу представить себя каким-либо животным, ощутить его повадки и состояния.
13. Я редко рассуждаю о причинах поступков людей, которые имеют ко мне непосредственное отношение.
14. Я редко принимаю близко к сердцу проблемы своих друзей.
15. Обычно за несколько дней я чувствую: что-то должно случиться с близким мне человеком, и ожидания оправдываются.
16. В общении с деловыми партнерами обычно стараюсь избегать разговоров о личном.
17. Иногда близкие упрекают меня в черствости, невнимании к ним.
18. Мне легко удается, подражая людям, копировать их интонацию, мимику.
19. Мой любопытный взгляд часто смущает новых партнеров.
20. Чужой смех обычно заражает меня.

21. Часто, действуя наугад, я тем не менее нахожу правильный подход к человеку.
22. Плакать от счастья глупо.
23. Я способен полностью слиться с любимым человеком, как бы растворившись в нем.
24. Мне редко встречались люди, которых я понимал бы без лишних слов.
25. Я невольно или из любопытства часто подслушиваю разговоры посторонних людей.
26. Я могу оставаться спокойным, даже если все вокруг меня волнуются.
27. Мне проще подсознательно почувствовать сущность человека, чем понять его, «разложив по полочкам».
28. Я спокойно отношусь к мелким неприятностям, которые случаются у кого-либо из членов семьи.
29. Мне было бы трудно задушевно, доверительно беседовать с настороженным, замкнутым человеком.
30. У меня творческая натура — поэтическая, художественная, артистичная.
31. Я без особого любопытства выслушиваю исповеди новых знакомых.
32. Я расстраиваюсь, если вижу плачущего человека.
33. Мое мышление больше отличается конкретностью, строгостью, последовательностью, чем интуицией.
34. Когда друзья начинают говорить о своих неприятностях, я предпочитаю перевести разговор на другую тему.
35. Если я вижу, что у кого-то из близких плохо на душе, то обычно воздерживаюсь от расспросов.
36. Мне трудно понять, почему пустяки могут так сильно огорчать людей.

Обработка результатов. Ниже приводятся 6 шкал с номерами определенных утверждений. Подсчитывается число ответов, соответствующих ключу каждой шкалы (каждый совпавший ответ, с учетом знака, оценивается одним баллом), а затем определяется их общая сумма.

1. Рациональный канал эмпатии: +1, +7, –13, +19, +25, –31.
2. Эмоциональный канал эмпатии: –2, +8, –14, +20, –26, +32.
3. Интуитивный канал эмпатии: –3, +9, +15, +21, +27, –33.
4. Установки, способствующие эмпатии: +4, –10, –16, –22, –28, –34.
5. Проникающая способность в эмпатии: +5, –11, –17, –23, –29, –35.
6. Идентификация в эмпатии: +6, +12, +18, –24, +30, –36.

Анализируются показатели отдельных шкал и общая суммарная оценка уровня эмпатии. Оценки по каждой шкале могут варьироваться от 0 до 6 баллов и указывают на значимость конкретного параметра (канала) в структуре эмпатии. Они выполняют вспомогательную роль в интерпретации основного показателя — уровня эмпатии. Суммарный показатель теоретически может изменяться в пределах от 0 до 36 баллов.

Выводы. Если в сумме по всем шкалам 30 баллов и выше — у человека очень высокий уровень эмпатии; 29–22 — средний; 21–15 — заниженный; менее 14 баллов — очень низкий.

Экспериментальный метод изучения эмпатии

К. Хенер, Уатни (C. Haner, Whitney, 1960) и С. Бергер (S. Berger, 1962) разработали методику, суть которой сводится к следующему. Перед испытуемым сажают ассистента экспериментатора и предупреждают, что его (ассистента) будут ударять током. Чтобы вызвать эмоциональный ответ, ассистент отдергивает руку при мнимом ударе током и имитирует переживание боли. Воспринимая видимую эмоцию боли, наблюдатель переживает состояние ассистента. В одном из вариантов перед «ударом током» дается предварительный сигнал (красный свет или звонок). Эмоциональная реакция может появиться у испытуемого и на эти сигналы как предвосхищение эмоционального состояния ассистента.

Е. Стотлэнд и др. (E. Stotland et al., 1971) несколько видоизменили этот эксперимент: ассистент помещает руку в обогревающий аппарат, и ему якобы подается тепло различной интенсивности.

У испытуемых в этих экспериментах регистрируются КГР и плетизмограмма, по величине изменения которых судят о степени проявления эмпатии к «жертве».

Методика «Оптимист — пессимист»

Источник: *Обозов Н. Н.* Психология менеджмента. СПб., 1997.

Инструкция. Перед Вами опросник, включающий 10 вопросов. На каждый из них Вам нужно дать ответ с учетом того, какой из них Вам больше или меньше всего подходит. Если Вам «свойственен» какой-либо ответ (*а*, или *б*, или *в*, или *г*), то в бланке для ответов против соответствующей буквы поставьте крестик.

Текст опросника

1. Как Вы будете реагировать, если совершенно неожиданно Вам придется пережить финансовый крах:
   а) не станете излишне беспокоиться, поскольку уверены, что удача вновь улыбнется Вам;
   б) почувствуете полную неуверенность в себе;
   в) начнете экономить и приспосабливаться к изменившейся ситуации;
   г) окажетесь во власти сильной депрессии.
2. Если Вас преследуют неудачи:
   а) переживаете, но вовсе этому не удивлены;
   б) бросаетесь действовать, стараясь скорее исправить положение;
   в) обеспокоены тем, что думают окружающие;
   г) не расстраиваетесь слишком сильно, поскольку нет худа без добра.
3. С каким настроением Вы участвуете в спортивных соревнованиях (или переживаете за кого-то):
   а) считаете, что у Вас есть все шансы на победу;
   б) делаете все, чтобы выиграть и надеетесь до самого конца;
   в) особенно не верите в победу;
   г) считаете, что у Вас нет никаких шансов на выигрыш, но все равно вступаете в борьбу.
4. Если кто-то поссорился с Вами или разошелся во мнениях:
   а) Вы избегаете этого человека;
   б) считаете, что Вы были не правы;
   в) уверены, что могли бы не доводить до такой ситуации;
   г) надеетесь, что при ближайшей же встрече с этим человеком Вам удастся уладить раздор.
5. Вы один из нескольких претендентов на занятие вакансии. Какие чувства Вы испытываете перед собеседованием:
   а) нервничаете, поскольку другие кандидаты кажутся Вам слишком уверенными в себе;
   б) уверены в себе, поскольку другие Вас в общем-то не интересуют;
   в) счастливы, что Вас внесли в список претендентов, и рады, что в Вашей анкете что-то, видимо, привлекло к себе внимание;
   г) полны решимости обменяться мнениями во время собеседования, чтобы выяснить, насколько предлагаемая работа устраивает Вас.

6. Как Вы относитесь к тому, что кто-то пользуется Вашей щедростью:
   а) Вам приятно доставлять людям радость;
   б) слегка раздражаетесь, так как знаете, что некоторые склонны поживиться за чужой счет;
   в) Вам безразлично, поскольку Вы твердо верите в перераспределение благ во всем мире;
   г) не возражаете, но надеетесь, что когда-нибудь Вам воздастся сторицей.
7. Что, по-вашему, более важно:
   а) делать деньги;
   б) жить счастливо;
   в) добиваться успеха во всем, чем бы Вы ни занимались;
   г) раскрыть талант, которым Вы обладаете.
8. Завидуете ли Вы тем, кому, как может показаться, в жизни повезло больше, чем Вам:
   а) никогда;
   б) иногда;
   в) завидуете, но задаетесь вопросом о проблемах, с которыми они, возможно, сталкиваются;
   г) завидуете и готовы быть на их месте хоть завтра.
9. Если исходить из того, что Вы практически здоровы и живете в нормальных условиях, действительно ли Вы верите, что:
   а) личный успех зависит от удачи;
   б) успех скорее определяется Вашими связями, а не знаниями и способностями;
   в) возможность достижения успеха имеется у каждого;
   г) скорого успеха не бывает.
10. Если бы Вам предоставили возможность выбора, где и когда Вы предпочли бы жить:
   а) в прошлом;
   б) в настоящем;
   в) в будущем;
   г) в другом государстве.

Бланк для ответов

№ п/п	а	б	в	г	№ п/п	а	б	в	г
1					6				
2					7				
3					8				
4					9				
5					10				

Ключ к опроснику

№ п/п	а	б	в	г	№ п/п	а	б	в	г
1	4	1	3	2	6	3	1	4	2
2	1	4	2	3	7	1	4	2	3

Окончание ключа к опроснику

№ п/п	а	б	в	г	№ п/п	а	б	в	г
3	4	3	1	2	8	4	2	3	1
4	2	1	3	4	9	1	2	4	4
5	1	2	3	4	10	1	3	4	2

Подсчитывается сумма баллов по 10 ответам Если она превышает 35, то опрашиваемый — неизменный оптимист; более 25 — скорее оптимист, чем пессимист; более 15 — скорее пессимист, чем оптимист; менее 15 — пессимист.

Тест «Пессимист или оптимист»

Источник: *Кинчер Дж.* Книга о тебе. 40 тестов-самоисследований. СПб., 1997.

Методика состоит из двух частей. В первой — «картиночной» — испытуемому дается следующая **инструкция**. Посмотрите на каждый рисунок и обведите «а» или «б» в зависимости от того, о чем вы подумали в первую очередь, взглянув на картинку на с. 505.

1 а) Наловину полный б) Наполовину пустой	3 а) Идея! б) Опасность!	5 а) Вот это любовь! б) Деревья портят!	7 а) Скоро праздник б) Каникулы кончились
2 а) Какая ровная паутина! б) Какой мерзкий паук!	4 а) Восход б) Закат	6 а) Музейный экспонат б) Старая развалина	8 а) Отлично! б) Такси! Такси! Да стой же!

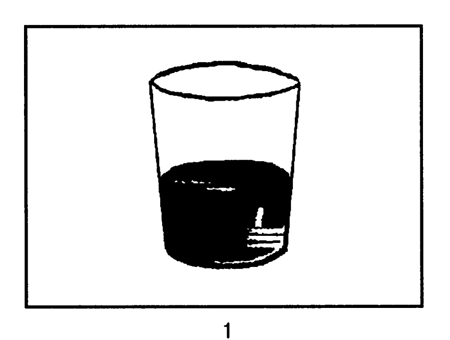
Вторая часть методики вербальная. **Инструкция.** О чем Вы подумаете, прочитав приведенные ниже слова? В каждом случае обведите «а» или «б».

1. Труба а) музыка б) канализация	3. Лук а) стрелы б) слезы	5. Рак а) животное б) болезнь	7. Удар а) футбол б) синяк
2. Фига а) фрукт б) отказ	4. Пролет а) мост б) неудача	6. Трюк а) фокус б) обман	8. Мах а) гимнастика б) ошибка

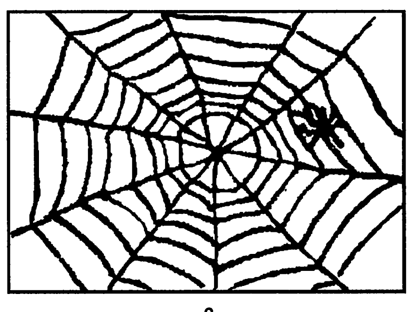
Обработка результатов. Подсчитайте общее число «а» и «б» в I и II частях теста. Если ответов «а» 10 и более, Вы — оптимист, если ответов «б» 10 и более, Вы — пессимист.

Возможна и третья часть теста, которая предполагает вписывание в слова пропущенных букв:

пе_аль (может получиться *педаль* или *печаль*),
гр_б (*гриб* или *гроб*),
тр_п (*трап* или *труп*),
_адость (*радость* или *гадость*) и т. д.

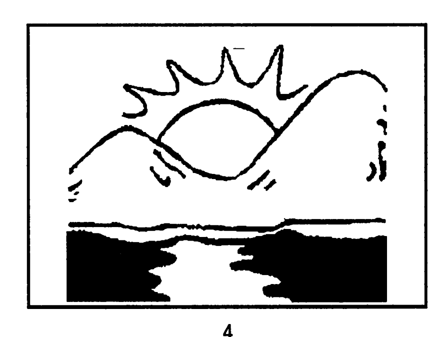


1

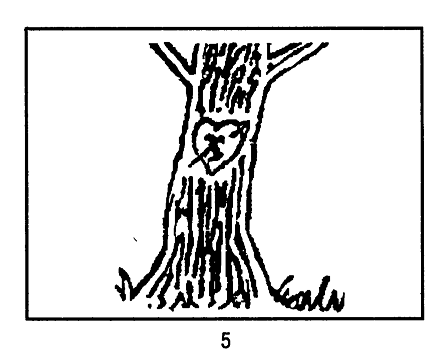


2

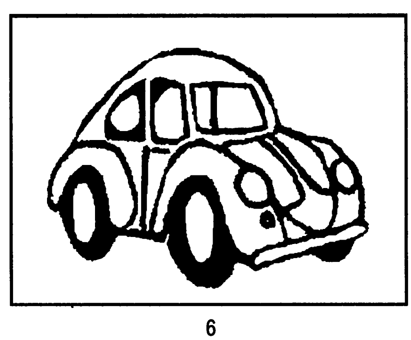
3



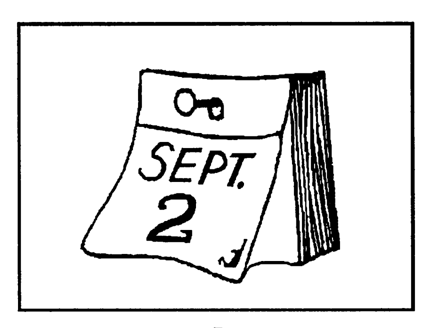
4



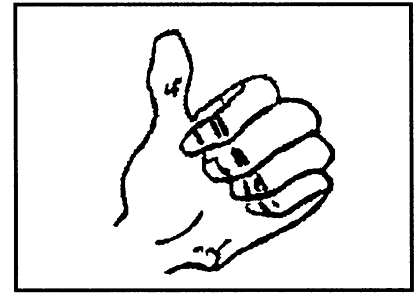
5



6



7



8

Шкала оптимизма—активности

Источник: Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Под ред. Г. С. Никифорова и др. СПб., 2003. Занятие 34.

Методика содержит две субшкалы: оптимизм и активность.

Испытуемому выдается опросник и бланк для ответов.

Инструкция. Перед Вами список утверждений. Прочтите внимательно каждое из них и оцените степень вашего согласия с каждым. Для этого используйте приведенные на бланке варианты ответов. Зачеркните цифру, соответствующую Вашей оценке.

Текст опросника

1. Я люблю слушать громкую музыку.
2. Я думаю, будет трудно достичь моих целей.
3. Мне нравятся ситуации с некоторой долей неопределенности, когда я не знаю, что будет со мной дальше.
4. Я люблю бросать вызов судьбе.
5. Судьба более несправедлива ко мне, чем к другим.
6. У меня столько энергии, что я не могу даже два часа просидеть без дела.
7. Я менее счастлив, чем другие.
8. Меня раздражают осторожные люди.
9. В настоящее время невозможно верить во что-либо хорошее.
10. Мне нравится соревноваться.
11. Я легко и с удовольствием общаюсь с людьми противоположного пола.
12. Меня пугает мое будущее.
13. Я думаю, что в людях больше плохого, чем хорошего.
14. Мне нравится испытывать острые ощущения (быть в ситуациях, связанных с определенным риском).
15. У меня жизнерадостное, приподнятое настроение.

Бланк для ответов

ФИО ____________________

Возраст ____________________

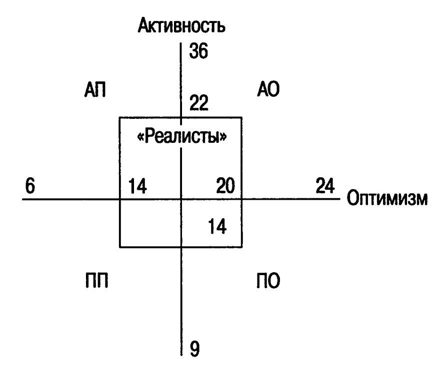
№ п/п	Совершенно не согласен	Иногда это так	Часто	Всегда
1	1	2	3	4
2	1	2	3	4
3	1	2	3	4
4	1	2	3	4
5	1	2	3	4
6	1	2	3	4
7	1	2	3	4
8	1	2	3	4
9	1	2	3	4
10	1	2	3	4

№ п/п	Совершенно не согласен	Иногда это так	Часто	Всегда
11	1	2	3	4
12	1	2	3	4
13	1	2	3	4
14	1	2	3	4
15	1	2	3	4

Ключ. Активность (прямые): 1, 3, 4, 6, 8, 10, 11, 14, 15.

Оптимизм (обратные): 2, 5, 7, 9, 12, 13.

В соответствии с ключом подсчитываются суммы баллов по каждой субшкале, которые соотносятся с квадратом координатной модели (см. рис.).



Типы оптимистов и пессимистов

Каждому квадрату соответствуют определенные личностные особенности. Оптимизм в данной методике понимается как предрасположенность человека верить в свои силы и успех, иметь преимущественно положительные ожидания от жизни и других людей. Оптимисты, как правило, экстравертированны, доброжелательны и открыты для общения. Пессимистам же свойственны сомнения в своих силах и доброжелательности других людей, ожидание неудачи, стремление избегать широких контактов, замкнутость на своем внутреннем мире.

Под активностью понимается энергичность, жизнерадостность, беспечность, безмятежность и склонность к риску. Пассивность проявляется в тревожности, боязливости, неуверенности в себе и нежелании что-либо делать.

Показатели психологических типов, баллы

Психологический тип	Оптимизм	Активность
Реалисты (Р)	14–20	14–20
Активные оптимисты (АО)	21–24	22–36
Активные пессимисты (АП)	6–13	22–36
Пассивные пессимисты (ПП)	6–13	9–13
Пассивные оптимисты (ПО)	21–24	9–13

Характеристика типов

Квадрат Р. Реалисты адекватно, по своим силам оценивают сложившуюся ситуацию и не пытаются прыгнуть выше головы, довольствуются тем, что имеют. Как правило, устойчивы к психологическому стрессу.

Квадрат АО. Активные оптимисты верят в свои силы и успех, позитивно настроены на будущее, предпринимают активные действия для того, чтобы добиться желаемых целей. Они бодры, жизнерадостны, не подвержены унынию или плохому настроению, легко и стремительно отражают удары судьбы, как бы тяжелы они ни были. В трудных ситуациях используют проблемно-ориентированные стратегии преодоления стресса.

Квадрат ПП. Пассивные оптимисты — противоположная активным оптимистам категория людей, которые ни во что не верят и ничего не предпринимают для того, чтобы изменить свою жизнь в лучшую сторону. Они характеризуются преобладанием мрачного и подавленного настроения, пассивностью, неверием в свои силы. В трудных ситуациях предпочитают стратегии ухода от решения проблем.

Квадрат АП. Активные оптимисты, которым свойственна большая активность, но она часто носит деструктивный характер. Такие люди вместо того чтобы созидать новое, предпочитают разрушать старое. В трудных ситуациях нередко используют агрессивные стратегии преодолевающего поведения.

Квадрат ПО. Пассивные оптимисты, девизом которых можно считать слова: «Все как-нибудь само образуется...» Такие люди уверены, что «все будет хорошо», хотя и не предпринимают для этого никаких усилий. Они добродушны, веселы и умеют даже в плохом находить что-то хорошее, однако их отличительная черта — недостаток активности. Они больше надеются на случай, на удачу, чем на собственные силы. Склонны к пассивному ожиданию или откладыванию принятия решений.

3. Методики изучения индивидуальных особенностей мотивационной сферы

Методика «Когнитивная ориентация (локус контроля)» (Дж. Роттер)

Методика позволяет выявлять направленность личности на внешние (экстерналы) или внутренние (интерналы) стимулы. На основе шкалы локуса контроля Дж. Роттера разработаны различные варианты. Один из них приводится здесь по книге О. П. Елисеева «Конструктивная типология и психодиагностика личности» (Псков, 1994).

Инструкция. Приводится ряд парных утверждений. Решите, с каким из них Вы согласны в большей степени, и обведите кружком соответствующую ему букву — «а» или «б».

Текст опросника

1. а) дети попадают в беду потому, что родители слишком часто их наказывают;
   б) в наше время неприятности происходят с детьми чаще всего потому, что родители слишком мягко относятся к ним.
2. а) многие неудачи происходят от невезения;
   б) неудачи людей являются результатом их собственных ошибок.
3. а) одна из главных причин, почему совершаются аморальные поступки, состоит в том, что окружающие мирятся с ними;
   б) аморальные поступки будут происходить всегда, независимо от того, насколько усердно окружающие пытаются их предотвратить.
4. а) в конце концов к людям приходит заслуженное признание;
   б) к сожалению, заслуги человека часто остаются непризнанными.
5. а) мнение, что преподаватели несправедливы к учащимся, неверно;
   б) многие учащиеся не понимают, что их отметки могут зависеть от случайных обстоятельств.
6. а) успех руководителя во многом зависит от удачного стечения обстоятельств;
   б) способные люди, которые не стали руководителями, сами не использовали свои возможности.
7. а) как бы Вы ни старались, некоторые люди все равно не будут симпатизировать Вам;
   б) тот, кто не сумел завоевать симпатии окружающих, просто не умеет ладить с другими людьми.
8. а) наследственность играет главную роль в формировании характера и поведения человека;
   б) только жизненный опыт определяет характер и поведение.
9. а) я часто замечал справедливость поговорки: «Чему быть — того не миновать»;
   б) по-моему, лучше принять решение и действовать, чем надеяться на судьбу.
10. а) для хорошего специалиста даже проверка с пристрастием не представляет затруднений;

б) даже хорошо подготовленный специалист обычно не выдерживает проверки с пристрастием.

11. а) успех является результатом усердной работы и мало зависит от везения;
б) чтобы добиться успеха, нужно не упустить удобного случая.
12. а) каждый гражданин может оказывать влияние на важные государственные решения;
б) обществом управляют люди, которые выдвинуты на общественные посты, а рядовой человек мало что может сделать.
13. а) когда я строю планы, то всегда убежден, что смогу осуществить их;
б) не всегда благоразумно планировать далеко вперед, потому что многое зависит от того, как сложатся обстоятельства.
14. а) есть люди, о которых можно смело сказать, что они нехорошие;
б) в каждом человеке есть что-то хорошее.
15. а) осуществление моих желаний не связано с везением;
б) когда не знают, как быть, подбрасывают монету; по-моему, в жизни часто можно прибегать к этому.
16. а) руководителем становятся благодаря счастливому стечению обстоятельств;
б) чтобы стать руководителем, нужно уметь управлять людьми; везение здесь ни при чем.
17. а) большинство из нас не могут влиять сколько-нибудь серьезно на мировые события;
б) принимая активное участие в общественной жизни, люди могут управлять событиями в мире.
18. а) большинство людей не понимают, насколько их жизнь зависит от случайных обстоятельств;
б) на самом деле такая вещь, как везение, не существует.
19. а) всегда нужно уметь признавать свои ошибки;
б) как правило, лучше не подчеркивать своих ошибок.
20. а) трудно узнать, действительно ли Вы нравитесь человеку;
б) число ваших друзей зависит от того, насколько Вы располагаете к себе других.
21. а) в конце концов неприятности, которые случаются с Вами, уравновешиваются приятными событиями;
б) большинство неудач являются результатом отсутствия способностей, незнания, лени.
22. а) если приложить достаточно усилий, то формализм и бездушие можно искоренить;
б) есть вещи, с которыми трудно бороться, поэтому формализм и бездушие не искоренить.
23. а) иногда трудно понять, на чем основываются руководители, когда выдвигают человека на поощрение;
б) поощрения зависят от того, насколько усердно человек трудится.
24. а) хороший руководитель ожидает от подчиненных, чтобы они сами решали, что должны делать;
б) хороший руководитель ясно дает понять, в чем состоит работа каждого подчиненного.
25. а) я часто чувствую, что мало влияю на то, что происходит со мной;
б) не верю, что случай или судьба могут играть важную роль в моей жизни.

26. а) люди одиноки из-за того, что не проявляют дружелюбия к окружающим;
    б) бесполезно слишком стараться расположить к себе людей: если ты им нравишься, то нравишься и так.
27. а) характер человека зависит главным образом от его силы воли;
    б) характер человека формируется в основном в коллективе.
28. а) то, что со мной случается — это дело моих собственных рук;
    б) иногда я чувствую, что моя жизнь развивается независимо от меня.
29. а) я часто не могу понять, почему руководители поступают так, а не иначе;
    б) в конце концов, за плохое управление организацией ответственны сами люди, которые в ней работают.

Бланк ответов

1	а	б	6	а	б	11	а	б	16	а	б	21	а	б	26	а	б
2	а	б	7	а	б	12	а	б	17	а	б	22	а	б	27	а	б
3	а	б	8	а	б	13	а	б	18	а	б	23	а	б	28	а	б
4	а	б	9	а	б	14	а	б	19	а	б	24	а	б	29	а	б
5	а	б	10	а	б	15	а	б	20	а	б	25	а	б			

Обработка результатов. Используются два трафарета, соответствующие бланку для ответов, с вырезанными в соответствующих местах окошечками. Утверждения на экстернальность соответствуют пунктам опросника 2а, 3б, 4б, 5б, 6а, 7а, 9а, 10б, 11б, 12б, 13б, 15б, 16а, 17а, 18а, 20а, 21а, 22б, 23а, 25а, 26б, 28б, 29а. Утверждения на интернальность соответствуют пунктам 2б, 3а, 4а, 5а, 6б, 7б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13а, 15а, 16б, 17б, 18б, 20б, 21б, 22а, 23б, 25б, 26а, 28а, 29б.

Согласие с любым утверждением оценивается в 1 балл. Суммы баллов подсчитываются по количеству обведенных кружочками букв «а» и «б», появившихся в окошечках соответствующего трафарета при накладывании его на бланк для ответов (строчки и колонки трафаретов и бланка должны строго совпадать). Максимальные суммы по интернальности и экстернальности равны 23, поскольку 6 утверждений являются фоновыми.

Выводы. О соответствующей направленности локуса контроля испытуемого следует судить по относительному превышению суммарных баллов показателей интернальности или экстернальности.

Методика «Импульсивность»

Опросник позволяет узнать о тенденции данного человека к принятию недостаточно обдуманных, взвешенных решений.

Инструкция. Прочтите вопросы и, если Вы согласны с утверждением, поставьте рядом знак «+», если не согласны — знак «–».

Текст опросника

1. Отмечаете ли Вы за собой некоторую поспешность в принятии решений?
2. Свойственно ли Вам в повседневной жизни действовать под влиянием момента, не думая о возможных последствиях?
3. Следуете ли Вы при принятии решения правилу: «Семь раз отмерь, один раз отрежь?»
4. Отмечаете ли Вы за собой склонность говорить не думая?

5. Свойственно ли Вам поступать под влиянием чувств?
6. Склонны ли Вы к тщательному предварительному обдумыванию того, что хотите сделать?
7. Вызывают ли у Вас раздражение люди, не могущие быстро решиться на что-нибудь?
8. Рассудительный ли Вы человек?
9. При намерении что-то сделать для Вас важнее эмоции или разум?
10. Характерно ли для Вас нежелание долго перебирать всякие варианты при принятии решения?
11. Часто ли Вы ругаете себя за поспешные решения?
12. Когда Вы принимаете решение, то думаете ли прежде всего, к чему это приведет?
13. Обычно Вы колеблетесь, не можете принять решения до последнего момента?
14. При решении даже простого вопроса Вы должны все обдумать?
15. Можете ли Вы при конфликте не раздумывая дать отпор своему обидчику?

Обработка результатов. За ответы «да» на вопросы 1, 2, 4, 5, 7, 9–12, 15 и «нет» на вопросы 3, 6, 8, 13, 14 проставляется по 1 баллу. Подсчитывается сумма баллов.

Выводы. Чем больше набранная человеком сумма баллов, тем более выражена у него импульсивность.

Методика «Мотивация к успеху» (Т. Элерс)

Методика оценивает силу стремления к достижению цели, к успеху.

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением рядом с его цифровым обозначением ставьте на бланке для ответа знак «+» («да»), при несогласии — знак «–» («нет»).

Текст опросника

1. Когда имеется выбор между двумя вариантами, его лучше сделать быстрее, чем отложить на некоторое время.
2. Я легко раздражаюсь, когда замечаю, что не могу на 100% выполнить задание.
3. Когда я работаю, это выглядит так, будто я все ставлю на карту.
4. Когда возникает проблемная ситуация, я чаще всего принимаю решение одним из последних.
5. Когда у меня два дня подряд нет дела, я теряю покой.
6. В некоторые дни мои успехи ниже средних.
7. По отношению к себе я более строг, чем по отношению к другим.
8. Я более доброжелателен, чем другие.
9. Когда я отказываюсь от трудного задания, то потом сурово осуждаю себя, так как знаю, что в нем я добился бы успеха.
10. В процессе работы я нуждаюсь в небольших паузах для отдыха.
11. Усердие — это не основная моя черта.
12. Мои достижения в труде не всегда одинаковы.
13. Меня больше привлекает другая работа, чем та, которой я занят.
14. Порицание стимулирует меня сильнее, чем похвала.
15. Я знаю, что мои коллеги считают меня дельным человеком.
16. Препятствия делают мои решения более твердыми.
17. У меня легко вызвать честолюбие.
18. Обычно заметно, когда я работаю без вдохновения.
19. При выполнении работы я не рассчитываю на помощь других.

20. Иногда я откладываю то, что должен был сделать сейчас.
21. Нужно полагаться только на самого себя.
22. В жизни мало вещей, более важных, чем деньги.
23. Всегда, когда мне предстоит выполнить важное задание, я ни о чем другом не думаю.
24. Я менее честолюбив, чем многие другие.
25. В конце отпуска я обычно радуюсь, что скоро выйду на работу.
26. Когда я расположен к работе, я делаю ее лучше и квалифицированнее, чем другие.
27. Мне проще и легче общаться с людьми, которые могут упорно работать.
28. Когда у меня нет дел, я чувствую, что мне не по себе.
29. Мне приходится выполнять ответственную работу чаще, чем другим.
30. Когда мне приходится принимать решение, я стараюсь делать это как можно лучше.
31. Мои друзья иногда считают меня ленивым.
32. Мои успехи в какой-то мере зависят от моих коллег.
33. Бессмысленно противодействовать воле руководителя.
34. Иногда не знаешь, какую работу придется выполнять.
35. Когда что-то не ладится, я нетерпелив.
36. Я обычно обращаю мало внимания на свои достижения.
37. Когда я работаю вместе с другими, моя работа дает большие результаты, чем работа других.
38. Многое, за что я берусь, я не довожу до конца.
39. Я завидую людям, которые не загружены работой.
40. Я не завидую тем, кто стремится к власти и положению.
41. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я могу пойти и на крайние меры.

Обработка результатов. По 1 баллу проставляется за ответ «да» по следующим пунктам опросника: 2–5, 7–10, 14–17, 21, 22, 25–30, 32, 37, 41; «нет»: 6, 13, 18, 20, 24, 31, 36, 38 и 39. Ответы по пунктам 1, 11, 12, 19, 23, 33–35 и 40 не учитываются. Подсчитывается общая сумма баллов.

Выводы. Чем больше сумма баллов, тем более выражена у обследованного мотивация на достижение успеха.

Методика «Мотивация к избеганию неудач» (Т. Элерс)

Инструкция. Вам предлагается список слов из 30 строк, по 3 слова в строке. Выберите в каждой из них только одно слово, которое наиболее точно характеризует Вас, и пометьте его на своем опросном листе знаком «+» или шифром (например, 1/1 или 21/2, где числитель — это № строки, а знаменатель — № слова в строке).

Опросный лист со списком слов

№ п/п	1	2	3
1	Смелый	Бдительный	Предприимчивый
2	Кроткий	Робкий	Упрямый
3	Осторожный	Решительный	Пессимистичный
4	Непостоянный	Бесцеремонный	Внимательный

№ п/п	1	2	3
5	Неумный	Трусливый	Недумающий
6	Ловкий	Бойкий	Предусмотрительный
7	Хладнокровный	Колеблющийся	Удалой
8	Стремительный	Легкомысленный	Боязливый
9	Незадумывающийся	Жеманный	Непредусмотрительный
10	Оптимистичный	Добросовестный	Чуткий
11	Меланхоличный	Сомневающийся	Неустойчивый
12	Трусливый	Небрежный	Взволнованный
13	Опрометчивый	Тихий	Боязливый
14	Внимательный	Неблагоразумный	Смелый
15	Рассудительный	Быстрый	Мужественный
16	Предприимчивый	Осторожный	Предусмотрительный
17	Взволнованный	Рассеянный	Робкий
18	Малодушный	Неосторожный	Бесцеремонный
19	Пугливый	Нерешительный	Нервный
20	Исполнительный	Преданный	Авантюрный
21	Предусмотрительный	Бойкий	Отчаянный
22	Укрощенный	Безразличный	Небрежный
23	Осторожный	Беззаботный	Терпеливый
24	Разумный	Заботливый	Храбрый
25	Предвидящий	Неустрашимый	Добросовестный
26	Поспешный	Пугливый	Беззаботный
27	Рассеянный	Опрометчивый	Пессимистичный
28	Осмотрительный	Рассудительный	Предприимчивый
29	Тихий	Неорганизованный	Боязливый
30	Оптимистичный	Бдительный	Беззаботный

Обработка результатов. Испытуемый получает по 1 баллу за следующие выборы: 1/2; 2/1; 2/2; 3/1; 3/3; 4/3; 5/2; 6/3; 7/2; 7/3; 8/3; 9/1; 9/2; 10/2; 11/1; 11/2; 12/1; 12/3; 13/2; 13/3; 14/1; 15/1; 16/2; 16/3; 17/3; 18/1; 19/1; 19/2; 20/1; 20/2; 21/1; 22/1; 23/1; 23/ 3; 24/1; 24/2; 25/1; 26/2; 27/3; 28/1; 28/2; 29/1; 29/3; 30/2.

Для удобства диагностики целесообразно иметь, кроме бланка для ответов (опросного листа), и бланк-ключ следующего вида.

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
1															
2															
3															
	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
1															
2															
3															

В бланке-ключе вырезаются окошечки в местах, соответствующих позициям, за выбор которых дается один балл (1/2; 2/1; 2/2 и т. д.). Этот трафарет накладывается на бланк для ответов, и попавшие в окошечки отметки испытуемого суммируются.

Выводы. Чем больше сумма баллов, тем выше стремление испытуемого к избеганию неудач, к защите.

От 2 до 10 баллов — низкий уровень мотивации к избеганию неудач, к защите, от 11 до 15 — средний уровень, от 16 до 20 — высокий уровень, свыше 20 баллов — очень высокий уровень мотивации.

Методика «Мотивация успеха и боязнь неудачи» (А. А. Реан)

Инструкция. Соглашаясь или нет с нижеприведенными утверждениями, необходимо выбрать один из ответов — «да» или «нет». Если Вы затрудняетесь с ответом, то вспомните, что «да» подразумевает и явное «да», и «скорее да, чем нет». То же относится и к ответу «нет». Отвечать следует достаточно быстро, подолгу не задумываясь. Ответ, первым пришедший в голову, как правило, является и наиболее точным.

Текст опросника

1. Включаясь в работу, надеюсь на успех.
2. В деятельности активен.
3. Склонен к проявлению инициативы.
4. При выполнении ответственных заданий стараюсь по возможности найти причины отказа от них.
5. Часто выбираю крайности: либо заниженно легкие задания, либо нереально трудные.
6. При встрече с препятствиями, как правило, не отступаю, а ищу способы их преодоления.
7. При чередовании успехов и неудач склонен к переоценке своих успехов.
8. Продуктивность деятельности в основном зависит от моей целеустремленности, а не от внешнего контроля.
9. При выполнении достаточно трудных заданий в условиях ограниченного времени результативность моей деятельности ухудшается.
10. Я склонен проявлять настойчивость в достижении цели.
11. Я склонен планировать свое будущее на достаточно отдаленную перспективу.
12. Если рискую, то с умом, а не бесшабашно.

13. Я не очень настойчив в достижении цели, особенно если отсутствует внешний контроль.
14. Предпочитаю ставить перед собой средние по трудности или слегка завышенные, но достижимые цели.
15. В случае неудачи при выполнении задания его притягательность для меня снижается.
16. При чередовании успехов и неудач я больше склонен к переоценке своих неудач.
17. Предпочитаю планировать свое будущее лишь на ближайшее время.
18. При работе в условиях ограниченного времени результативность деятельности у меня улучшается, даже если задание достаточно трудное.
19. В случае неудачи я, как правило, не отказываюсь от поставленной цели.
20. Если я сам выбрал для себя задание, то в случае неудачи его притягательность только возрастает.

Обработка результатов. Один балл получают ответы «да» на утверждения 1–3, 6, 8, 10–12, 14, 16, 18–20 и ответы «нет» на 4, 5, 7, 9, 13, 15, 17. Подсчитывается общее количество баллов.

Выводы. Если испытуемый набирает от 1 до 7 баллов, то диагностируется мотивация на неудачу (боязнь неудачи); когда же сумма от 14 до 20 баллов, это мотивация на успех (надежда на успех). Если количество набранных баллов в пределах от 8 до 13, следует считать, что мотивационный полюс не выражен. Однако в случае с 8–9 баллов мотивация испытуемого ближе к избеганию неудачи, а 12–13 — ближе к стремлению достичь успеха.

Методика «Измерение рациональности»

Методика состоит из двух частей — А и Б. Она построена как элемент техники массового социологического опроса и предназначена для оценки способа принятия и выдвижения целей испытуемым.

Часть А

На работе и дома каждому из нас приходится решать какие-то проблемы, но мы делаем это по-разному. А как принимаете решения Вы?

Инструкция. Приводится ряд утверждений. При согласии с утверждением рядом с его цифровым обозначением ставьте на бланке для ответа знак «+» («да»).

Текст опросника

Когда я принимаю решение, то:

1. а) прежде всего думаю о том, к чему это приведет, к каким результатам;
   б) часто не задумываюсь о последствиях и результатах, просто следую своему желанию.
2. а) советуюсь с друзьями или родными и обычно поступаю так, как советуют;
   б) иногда советуюсь, иногда нет, но не очень считаюсь с советами.
3. а) обычно колеблюсь, не могу принять его до последнего момента;
   б) обычно принимаю его без колебаний.
4. а) даже перед тем как решить не очень важный вопрос, я должен хорошо подумать;
   б) предпочитаю принимать его с ходу, по вдохновению.
5. а) считаю, что не всегда нужно принимать его, потому что многое решается само собой;
   б) предпочитаю не полагаться на обстоятельства, а самому решать свои проблемы.
6. а) мне очень трудно решиться на что-то, если я не знаю точно, к чему это приведет;
   б) без особого труда принимаю его и тогда, когда ситуация неясная.

7. а) часто вместо того чтобы обдумывать его, начинаю мечтать о том, что вряд ли сбудется;
   б) я не мечтаю о том, что вряд ли сбудется.
8. а) часто потом отказываюсь от него;
   б) редко потом отказываюсь от него.

Обработка результатов и выводы. Положительные ответы по утверждениям 1а, 2а и 4а свидетельствуют об осторожности при принятии решения, по 3а и 6а — о нерешительности, по 5а — о зависимости при принятии решения от обстоятельств, по 7б — о прагматичности, по 8б —о настойчивости в осуществлении принятого решения, по 1б и 4б — об импульсивности принимаемых решений, по 3б и 6б — о решительности, по 2б и 5б — о самостоятельности в принятии решения, по 7а — о мечтательности, по 8а — о неустойчивости намерений.

Часть Б

Инструкция. Люди по-разному строят свою повседневную жизнь, и каждый имеет свое мнение на этот счет. Ниже приводятся некоторые из них. Ответьте, отражают ли они Вашу точку зрения. При согласии с утверждением рядом с его цифровым обозначением (пунктом) ставьте на бланке для ответа знак «+» («да»), при несогласии — знак «–» («нет»).

Текст опросника

1	Я считаю, что мое будущее зависит прежде всего от меня, а не от обстоятельств		
2	Часто мне трудно понять, чего я хочу, трудно поставить себе цель		
3	Я предпочитаю делать то, что доставляет мне удовольствие, даже если потом это мне навредит		
4	Я не люблю строить планы на будущее		
5	Я хорошо представляю себе, каковы мои цели на ближайшие годы		
6	Лучше синица в руках, чем журавль в небе		
7	Я предпочитаю заботиться о будущем, а не жить сегодняшним днем		
8	Обычно я стараюсь планировать свою жизнь, особенно в важных делах		
9	Когда я устраивался(лась) на свою нынешнюю работу (учебу), то хорошо представлял(а), какая она		
10	Я предпочитаю ставить конкретные цели в жизни, а не рассуждать о том, что хорошо и что плохо		
11	Чаще всего мне не удается достичь поставленной цели		
12	Я предпочитаю ставить только конкретные цели, не заботясь о какой-то главной цели жизни		

Обработка результатов и выводы. Полученные результаты свидетельствуют о следующих качествах человека:

- независимость от внешних обстоятельств — при ответе «да» по пункту 1;
- целеустремленность — при ответах «да» по пункту 5 и «нет» по пунктам 2 и 11;
- импульсивность в принятии решения — при ответе «да» по пункту 3;

- стремление к прогнозированию будущего — при ответах «да» по пунктам 7 и 8 и «нет» по пункту 4;
- прагматизм — при ответах «да» по пунктам 6, 9, 10 и 12.

Противоположные ответы по тем же пунктам свидетельствуют об обратных характеристиках человека, проявляющихся при выборе цели и принятии решения, т. е. в построении поведенческой стратегии.

Методика «Ценностные ориентации» (М. Рокич)

Адаптированный вариант методики, разработанной М. Рокичем, служит исследованию системы ценностей личности. Автор делит таковые на терминальные, или ценности-цели, и инструментальные, или ценности-средства. Терминальные ценности он определяет как убеждения в том, что какая-то конечная цель индивидуального существования (например, счастливая семейная жизнь, мир во всем мире) с личной и общественной точек зрения стоит того, чтобы к ней стремиться; под инструментальными ценностями он понимает убеждения, что какой-то образ действий (например, честность, рационализм) является и с личной, и с общественной точек зрения предпочтительным в любых ситуациях.

Инструкция. Испытуемому предлагается разложить по ранжиру карточки из плотной бумаги размером 150 × 50 мм с наименованием ценностей и обозначением на обратной стороне «Т» (терминальные ценности) или «И» (инструментальные ценности). Карточки с наименованием ценностей предлагаются общим набором в беспорядке, сначала — 18 карточек «Т», а затем — 18 карточек «И». Ранжируются последовательно первые, а затем — вторые. По окончании работы с карточками «Т» респондента просят сделать отметку на специальном бланке с делениями от 50 до 100, характеризующую степень его уверенности в том, что при повторном опыте порядок карточек остался бы тем же. Затем проводится ранжирование карточек «И» и опять делается отметка уверенности.

Наименование ценностей (для изготовления карточек)

Список «терминальных ценностей»	Список «инструментальных ценностей»
Активная, деятельная жизнь	Аккуратность
Здоровье	Жизнерадостность
Красота природы и искусства	Непримиримость к своим и чужим недостаткам
Материально обеспеченная жизнь	Ответственность
Спокойствие в стране, мир	Самоконтроль
Познание, интеллектуальное развитие	Смелость в отстаивании своего мнения
Независимость суждений и оценок	Терпимость к мнениям других
Счастливая семейная жизнь	Честность
Уверенность в себе	Воспитанность
Жизненная мудрость	Исполнительность
Интересная работа	Рационализм (умение принимать обдуманные решения)
Любовь	Трудолюбие

Наличие верных и хороших друзей	Высокие запросы
Общественное признание	Независимость
Равенство (в возможностях)	Образованность
Свобода поступков и действий	Твердая воля
Творческая деятельность	Широта взглядов
Получение удовольствий	Чуткость

Анализ результатов и выводы. Доминирующая направленность ценностных ориентаций дает возможность определить вовлеченность либо в сферу труда, либо в семейно-бытовую и досуговую активность. Качественный анализ результатов позволяет оценить идеалы, иерархию жизненных целей, ценностей, которые человек рассматривает как нормы поведения.

Вопросник для диагностики игровой аддикции (азартности)

Вашему вниманию будет предложен ряд вопросов, характеризующих степень вашей увлеченности азартными играми. Внимательно прочитайте вопрос и обведите тот вариант ответа, который наиболее Вам подходит. Не нужно тратить много времени на обдумывание вопросов. Давайте тот ответ, какой первым приходит Вам в голову.

Текст вопросника

1. Проводили ли Вы когда-нибудь рабочее время, играя в казино?
   А. Нет, такого со мной не случалось.
   Б. Такое бывало со мной пару раз.
   В. Да, часто мне сложно оторваться от игры.
2. Делают ли азартные игры вашу домашнюю жизнь несчастной?
   А. Нет.
   Б. Может быть, отчасти.
   В. Да, мои отношения дома ухудшились.
3. Случалось ли так, что увлечение азартными играми плохо влияло на вашу репутацию?
   А. Нет, никогда.
   Б. Иногда такое случалось.
   В. Да, это происходит постоянно.
4. Испытывали ли Вы когда-нибудь чувство раскаяния после окончания игры?
   А. Нет.
   Б. Иногда, после большого проигрыша.
   В. Да, я часто испытываю чувство раскаяния.
5. Может ли ваше увлечение азартными играми повлиять на снижение ваших перспектив в профессии, учебе?
   А. Нет, игра не так сильно увлекает меня.
   Б. Может быть, отчасти.

В. Да, увлечение игрой снизило мои амбиции в учебе, профессиональной деятельности.

6. Играли ли Вы когда-нибудь с целью выиграть деньги для уплаты долгов или решения финансовых проблем?
   А. Нет, никогда.
   Б. Возможно, пару раз это было моей целью.
   В. Да, я играю только ради этого.
7. Возникало ли у Вас после проигрыша желание вернуться как можно быстрее и выиграть назад проигранные деньги?
   А. Нет, со мной такого не происходило.
   Б. Иногда такое бывает.
   В. Да, я всегда стараюсь вернуться быстрее и отыграться.
8. Возникало ли у Вас желание после выигрыша вернуться в казино и выиграть больше?
   А. Нет. Обычно я доволен выигранной суммой.
   Б. Иногда я думал об этом.
   В. Да, мне всегда кажется, что я мог бы выиграть больше.
9. Часто ли Вы играли до тех пор, пока у Вас не закончатся деньги?
   А. Нет, я всегда контролирую сумму возможного выигрыша.
   Б. Пару раз я уходил из казино с пустым карманом.
   В. Такое происходит со мной постоянно.
10. Брали ли Вы когда-нибудь в долг, чтобы продолжить игру?
    А. Нет, если закончились деньги, я сразу ухожу.
    Б. Редко, но такое случается.
    В. Да, меня охватывает такой азарт, что невозможно остановить игру.
11. Приходилось ли вам продавать что-либо, чтобы иметь возможность играть дальше?
    А. Нет, никогда об этом даже не думал.
    Б. Иногда у меня возникают такие мысли.
    В. Да, мне приходилось это делать.
12. Играли ли Вы когда-нибудь по времени дольше, чем планировали сначала?
    А. Нет, я всегда контролирую себя.
    Б. Пару раз я засиживался дольше, чем планировал.
    В. Да, часто мне сложно оторваться от игры.
13. Играли ли Вы когда-нибудь, чтобы избавиться от чувства тревоги или депрессии?
    А. Нет, игра для меня просто развлечение.
    Б. Иногда я приходил в казино ради этого.
    В. Когда мне бывает плохо, я часто иду в казино.
14. Возникало ли у Вас желание перестать играть в казино?
    А. Я всегда могу остановиться, если решу для себя больше не играть.
    Б. Иногда я думаю, что пора прекращать играть.
    В. Да, я всегда зарекаюсь, что играю в последний раз.
15. Думали ли Вы когда-нибудь о возможности противоправных действий ради денег для игры?
    А. Нет, никогда об этом не думал.
    Б. Возможно, пару раз такие мысли возникали у меня.
    В. Меня постоянно преследуют мысли об этом.

16. Возникали ли у Вас мысли о самоубийстве после проигрыша?
    А. Никогда не думал об этом.
    Б. Возможно, у меня были такие мысли.
    В. Да, я думал об этом.
17. Возникало ли у Вас желание сделать себе подарок и остаться дольше в казино, отпраздновав тем самым хороший выигрыш?
    А. Нет, такого со мной не происходило.
    Б. Иногда я позволяю себе такое.
    В. Да, я часто делаю себе такие подарки.

Подсчет результатов. За ответы А начисляется 0 баллов, за ответы Б — по 1 баллу, за ответы В — по 2 балла. Подсчитывается общая сумма набранных баллов. Чем она больше (максимум — 34), тем более выражена азартность.

4. Методики изучения индивидуальных особенностей поведения

Опросник интерперсонального диагноза (Т. Лири, Р. Л. Лафорже, Р. Ф. Сучек)

Метод для исследования у взрослых людей интерперсонального поведения (типа отношений с другими людьми). Выделяют восемь типов:

- I — авторитарный,
- II — эгоистичный,
- III — агрессивный,
- IV — подозрительный,
- V — подчиняемый,
- VI — зависимый,
- VII — дружелюбный,
- VIII — альтруистический.

Метод содержит 128 оценочных имен прилагательных, расположенных блоками из 4 прилагательных, упорядоченных по восходящей интенсивности. Каждый блок соответствует той или иной шкале, обозначенной римскими цифрами. Блоки располагаются по порядку от 1-й до 8-й шкалы. Такое расположение прилагательных повторяется 4 раза. Для диагностики нужно сложить ответы, выражающие согласие с данной характеристикой (прилагательным), по четырем блокам, обозначенным одной и той же римской цифрой (I + I + I + I или V + V + V + V и т. д.). Таким образом, каждый тип отношений с другими людьми может оцениваться 16 прилагательными.

Для проведения исследования необходимы тестовая тетрадь, бланк для записи ответов и протокол. Респонденты по инструкции отмечают ответы в бланке, причем могут оценивать поведение других (системой наблюдений), самого себя или других лиц по инструкции и оценивать идеал.

Для заполнения опросника (оценки одного лица) требуется 10–15 мин.

Инструкция. Поставьте знак «+» против тех определений, которые соответствуют Вашему представлению о себе (если нет полной уверенности, знак «+» не ставьте).

Текст опросника

I

1. Умеет нравиться.
2. Производит впечатление на окружающих.
3. Умеет распоряжаться, приказывать.
4. Умеет настоять на своем.

II

5. Обладает чувством собственного достоинства.
6. Независимый.
7. Способен сам позаботиться о себе.
8. Может проявить безразличие.

III

9. Способен быть суровым.
10. Строгий, но справедливый.
11. Может быть искренним.
12. Критичен к другим.

IV

13. Любит поплакаться.
14. Часто печален.
15. Способен проявлять недоверие.
16. Часто разочаровывается.

V

17. Способен быть критичным к себе.
18. Способен признать свою неправоту.
19. Охотно подчиняется.
20. Покладистый.

VI

21. Благодарный.
22. Восхищающийся и склонный к подражанию.
23. Уважительный.
24. Ищущий одобрения.

VII

25. Способный к сотрудничеству и взаимопомощи.
26. Стремится ужиться с другими.
27. Доброжелательный.
28. Внимательный и ласковый.

VIII

29. Деликатный.
30. Ободряющий.
31. Отзывчивый к призывам о помощи.
32. Бескорыстный.

I

33. Способен вызывать восхищение.
34. Пользуется у других уважением.
35. Обладает талантом руководителя.
36. Любит ответственность.

II

37. Уверен в себе.
38. Самоуверен и напорист.
39. Деловитый и практичный.
40. Соперничающий.

III

41. Стойкий и крутой, где надо.
42. Неумолимый, но беспристрастный.
43. Раздражительный.
44. Открытый и прямолинейный.

IV

45. Не терпит, чтобы им командовали.
46. Скептичен.

47. На него трудно произвести впечатление.
48. Обидчивый, щепетильный.

V

49. Легко смущается.
50. Неуверенный в себе.
51. Уступчивый.
52. Скромный.

VI

53. Часто прибегает к помощи других.
54. Очень почитает авторитеты.
55. Охотно принимает советы.
56. Доверчив и стремится радовать других.

VII

57. Всегда любезен в обхождении.
58. Дорожит мнением окружающих.
59. Общительный и уживчивый.
60. Добросердечный.

VIII

61. Добрый, вселяющий уверенность.
62. Нежный и мягкосердечный.
63. Любит заботиться о других.
64. Щедрый.

I

65. Любит давать советы.
66. Производит впечатление значительности.
67. Начальственно-повелительный.
68. Властный.

II

69. Хвастливый.
70. Надменный и самодовольный.
71. Думает только о себе.
72. Хитрый.

III

73. Нетерпим к ошибкам других.
74. Расчетливый.
75. Откровенный.
76. Часто недружелюбен.

IV

77. Озлоблен.
78. Жалобщик.
79. Ревнивый.
80. Долго помнит обиды.

V

81. Склонный к самобичеванию.
82. Застенчивый.
83. Безынициативный.
84. Кроткий.

VI

85. Зависимый, несамостоятельный.
86. Любит подчиняться.
87. Предоставляет другим принимать решения.
88. Легко попадает впросак.

VII

89. Легко поддается влиянию друзей.
90. Готов довериться любому.
91. Благорасположен ко всем без разбора.
92. Всем симпатизирует.

VIII

93. Прощает все.
94. Переполнен чрезмерным сочувствием.
95. Великодушен и терпим к недостаткам.
96. Стремится помочь каждому.

I

97. Стремится к успеху.
98. Ожидает восхищения от каждого.
99. Распоряжается другими.
100. Деспотичный.

II

101. Относится к окружающим с чувством превосходства.
102. Тщеславный.
103. Эгоистичный.
104. Холодный, черствый.

III

105. Язвительный, насмешливый.
106. Злой, жестокий.
107. Часто гневлив.
108. Бесчувственный, равнодушный.

IV

109. Злопамятный.
110. Проникнут духом противоречия.
111. Упрямый.
112. Недоверчивый и подозрительный.

V

113. Робкий.
114. Стыдливый.
115. Услужливый.
116. Мягкотелый.

VI

117. Почти никому не возражает.
118. Ненавязчивый.
119. Любит, чтобы его опекали.
120. Чрезмерно доверчив.

VII

121. Стремится снискать расположение каждого.
122. Со всеми соглашается.

123. Всегда со всеми дружелюбен.
124. Всех любит.

VIII

125. Слишком снисходителен к окружающим.
126. Старается утешить каждого.
127. Заботится о других в ущерб себе.
128. Портит людей черезмерной добротой.

Обработка результатов. Бланк ответов представляет собой таблицу, состоящую из 8 строк по 16 номеров в каждой. По каждой строке производится подсчет количества выбранных прилагательных. Выбранное прилагательное оценивается в 1 балл. Сумма набранных баллов по строке свидетельствует о выраженности данного типа отношения к окружающим.

Шкалы I, II, III, IV относятся к доминированию, шкалы V, VI, VII — к подчинению, шкала VIII — к альтруизму.

Степень доминирования определяется по формуле:

$$\text{Дом.} = (\text{I} - \text{V}) + 0{,}7(\text{VIII} + \text{II} - \text{IV} - \text{VI}).$$

Степень дружелюбия определяется по формуле:

$$\text{Др.} = (\text{VII} - \text{III}) + 0{,}7(\text{VIII} - \text{II} - \text{IV} + \text{VI}).$$

Выводы. Степень выраженности по каждой шкале определяется следующим образом: 0–4 балла — низкая, 5–8 баллов — умеренная, 9–12 баллов — высокая, 13–16 баллов — очень высокая.

Методика измерения застенчивости

Источник: *Обозов Н. Н.* Психология менеджмента. СПб., 1997.

Отобраны только положения, полностью отвечающие задаче методики. При этом некоторые утверждения мною модифицированы.

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений, которые помогут определить некоторые свойства Вашей личности. Здесь не может быть ответов «правильных» или «ошибочных». Люди различны, и каждый имеет свое мнение по поводу одного и того же. Старайтесь отвечать точно и искренне.

Отвечая на каждое утверждение, Вы должны выбрать 1 из 4 предлагаемых ответов, а именно тот, который в наибольшей степени соответствует Вашим взглядам, Вашему мнению о себе.

Не нужно тратить много времени на обдумывание ответов. Давайте тот ответ, который первым придет Вам на ум. Обязательно отвечайте на все утверждения подряд, ничего не пропуская.

В бланке для ответов, выбрав 1 из 4 утверждений, ставьте крестик напротив номера вопроса.

Текст опросника

1. Я боюсь какой-нибудь выходкой испортить впечатление, которое составили обо мне окружающие:
   а) очень редко,
   б) иногда,
   в) бывает часто,
   г) испытываю это чувство постоянно.
2. Если в беседе у меня внезапно иссякает тема разговора, я чувствую себя:
   а) очень неприятно,

б) достаточно неудобно,
в) несколько неудобно,
г) совершенно спокойно.

3. В разговоре с более опытными и знающими людьми я чувствую себя глупее их:
а) очень редко,
б) иногда,
в) часто,
г) почти всегда.

4. Когда меня дома застают врасплох (непричесанным, одетым по-домашнему), я очень смущаюсь:
а) так бывает почти всегда,
б) случается часто,
в) бывает иногда,
г) почти никогда не случается.

5. Я чувствую себя весьма скованно в общении с лицами противоположного пола:
а) очень редко,
б) иногда,
в) часто,
г) всегда.

6. Попросить кого-нибудь о маленьком одолжении мне:
а) всегда неудобно,
б) довольно часто неудобно,
в) иногда неудобно,
г) не составляет никакого труда.

7. Критика, направленная в мой адрес, сковывает меня, угнетает:
а) очень редко,
б) редко,
в) достаточно часто,
г) почти всегда.

8. Мне кажется, что, если я буду откровенно высказывать свои мысли, желания, многие сочтут это бестактным:
а) это относится ко мне полностью,
б) относится ко мне в достаточной степени,
в) относится ко мне в некоторой степени,
г) ко мне это совсем не относится.

9. Потребовать что-то от другого человека я:
а) могу довольно легко,
б) иногда получается,
в) могу очень редко,
г) не в состоянии.

10. Я очень смущаюсь, когда мне приходится входить в помещение, где уже собрались люди:
а) да, это почти всегда,
б) часто,
в) иногда,
г) очень редко.

11. Мне очень трудно просить незнакомых людей об одолжении:
    а) никогда не бывает,
    б) случается редко,
    в) иногда бывает,
    г) это относится ко мне целиком и полностью.
12. Мне кажется, что моя внешность проигрывает по сравнению с другими людьми, и поэтому я смущаюсь, когда на меня пристально смотрят:
    а) это относится ко мне целиком и полностью,
    б) до известной степени,
    в) иногда,
    г) это ко мне не относится.
13. Когда мне дают поручение, я боюсь сделать что-нибудь не так:
    а) очень редко,
    б) иногда,
    в) очень часто,
    г) постоянно.
14. Безболезненно я воспринимаю критику только близких мне людей:
    а) это относится ко мне полностью,
    б) до известной степени,
    в) довольно редко,
    г) это ко мне совершенно не относится.
15. При обращении к чиновнику или начальнику я чувствую себя скованным, мысли мои сбиваются, и я не могу ничего рассказать толком, что мне надо:
    а) так никогда не бывает,
    б) иногда бывает,
    в) бывает очень часто,
    г) бывает всегда.
16. Когда мне приходится разговаривать с незнакомыми людьми, я чувствую себя неуверенно:
    а) всегда,
    б) часто,
    в) иногда,
    г) так не бывает вообще.
17. Даже в узком кругу знакомых мне людей я чувствую себя смущенным:
    а) очень редко,
    б) временами,
    в) очень часто,
    г) всегда.
18. Опасение, что я могу сказать что-нибудь нелепое, заставляет меня быть сдержанным в присутствии начальства:
    а) почти всегда,
    б) часто,
    в) иногда,
    г) никогда.
19. Обратиться к другим людям с какой-нибудь просьбой для меня:
    а) не трудно,

б) несколько затруднительно,
в) затруднительно,
г) очень трудно.

20. Скорее я откажусь от своих планов, чем обращусь за помощью к другим людям:
а) это для меня типично,
б) характерно в большинстве случаев,
в) это со мной бывает,
г) этого я не могу о себе сказать.

21. Разговаривая с людьми, уважаемыми мной, я кажусь себе ничтожным и боюсь сказать лишнее слово:
а) никогда,
б) иногда,
в) часто,
г) всегда.

22. Если я чувствую, что на меня смотрят, то очень смущаюсь:
а) так всегда,
б) это случается часто,
в) иногда,
г) такого не бывает.

23. Я смущаюсь, когда мне приходится высказывать свою точку зрения в присутствии многих людей:
а) никогда,
б) иногда,
в) часто,
г) всегда.

24. У меня часто бывают ситуации, в которых я чувствую себя неловко:
а) почти каждый день,
б) достаточно часто,
в) иногда,
г) это ко мне не относится.

25. Если я чем-нибудь себя скомпрометирую, я бываю совершенно подавлен и не могу прийти в себя:
а) это не соответствует моему характеру,
б) бывает со мной редко,
в) бывает достаточно часто,
г) это полностью соответствует моему характеру.

26. Если мне приходится воспользоваться чьей-либо помощью, я чувствую себя:
а) в высшей степени неуверенно,
б) достаточно неудобно,
в) несколько неловко,
г) абсолютно спокоен.

Обработка результатов. За каждый ответ начисляется от 0 до 3 баллов (см. таблицу на с. 530).

Затем находится общая сумма баллов. Чем она больше, тем более застенчив испытуемый.

	При нечетных утверждениях	При четных утверждениях
Ответ а	0	3
Ответ б	1	2
Ответ в	2	1
Ответ г	3	0

Методика «Склонность к экзальтированности» (В. В. Бойко)

Инструкция. На предложенные Вам вопросы нужно дать ответ «да», если Вы с ними согласны, и «нет» в случае несогласия. Свои ответы указывайте рядом с номерами вопросов.

Текст опросника

1. В принципе Вы способны восторгаться, восхищаться чем-нибудь или кем-нибудь?
2. Бывает ли так, что ощущение полного счастья буквально пронизывает Вас?
3. Вы впадаете в глубокое отчаяние при каких-либо разочарованиях?
4. Вы можете сказать о себе: могу полюбить до безумия и могу ненавидеть до глубины души?
5. У Вас есть любимые животные, при виде которых Вы испытываете чувство умиления, нежности?
6. Есть ли у Вас тип людей, которых Вы абсолютно не переносите?
7. Неожиданная подмеченная деталь в человеке может резко изменить ваше мнение о нем?
8. Вызывает ли у Вас восторг, потрясение творчество какого-либо талантливого человека (художника, артиста, поэта, музыканта и т. п.)?
9. Трагический фильм, пьеса или роман могут Вас растрогать настолько, что покатятся слезы?
10. В Вашем окружении есть люди, которых Вы ненавидите или глубоко презираете?
11. Вы уверены, что большинство людей уступают Вам в каком-либо отношении настолько, что не могут сравниваться с Вами?
12. Часто Ваши вкусы, мнения и оценки существенно расходятся с позициями большинства?

Обработка данных и выводы. За каждый утвердительный ответ начисляется по 1 баллу. Подсчитывается сумма баллов. Если опрашиваемый набирает 10–12 баллов, то у него имеется отчетливо выраженная экзальтированность, 5–9 — тенденция к экзальтированности, 4 балла и меньше — экзальтированность как эмоциональный стереотип поведения отсутствует.

Шкала поиска ощущений (Sensation Seeking Scale) М. Цукермана (1978)

Опросник (в сокращенном варианте) позволяет выявить тип людей, которые постоянно стремятся к поиску новых ощущений, впечатлений, переживаний.

Инструкция. Прочтите каждое из 13 пар утверждений. В каждой из них обведите одно, А или В, лучше всего описывающее Ваши предпочтения или мнение.

Текст опросника

1. А. Я бы предпочел иметь работу, связанную с частыми разъездами.
   В. Я бы предпочел работать на одном месте.
2. А. В бодрящий морозный день я чувствую себя полным сил.
   В. В холод я только и думаю о том, как бы побыстрее оказаться дома.
3. А. Мне скучно, когда я изо дня в день вижу одни и те же лица.
   В. Я чувствую себя спокойнее, когда меня окружают знакомые люди.
4. А. Я бы предпочел жить в идеальном обществе, где никому ничто не грозит и каждый чувствует себя счастливым.
   В. Я бы предпочел жить в смутные времена нашей истории.
5. А. Иногда мне нравится делать то, что возбуждает некоторый страх.
   В. Разумный человек не будет подвергать себя опасности.
6. А. Я бы не хотел, чтобы меня подвергли гипнозу.
   В. Я бы хотел, чтобы меня подвергли гипнозу.
7. А. Главная цель моей жизни – жить «на полную катушку» и испытать как можно больше.
   В. Главная цель моей жизни – обрести умиротворение и счастье.
8. А. Я бы хотел прыгнуть с парашютом.
   В. Я ни за что не попробую прыгнуть из самолета с парашютом.
9. А. В прохладную воду я вхожу постепенно, давая себе время привыкнуть.
   В. Мне нравится сразу нырнуть в море или бассейн с прохладной водой.
10. А. На отдыхе я предпочитаю комфорт гостиничного номера.
    В. На отдыхе я предпочитаю разнообразие жизни в кемпинге.
11. А. Я предпочитаю экспрессивных людей, даже если они несколько неуравновешенны.
    В. Я предпочитаю спокойных, уравновешенных людей.
12. А. Хорошая живопись должна потрясать, поражать воображение.
    В. Хорошая живопись должна давать ощущение умиротворения.
13. А. У людей, ездящих на мотоцикле, вероятно, есть скрытая потребность причинить себе боль.
    В. Я хотел бы водить мотоцикл или ездить на нем.

Подсчет баллов. Добавьте по одному баллу за каждое из следующих обведенных Вами утверждений: 1А, 2А, 3А, 4В, 5А, 6В, 7А, 8А, 9В, 10В, 11А, 12А, 13В. Полученную сумму баллов сравните со следующими нормами:

- 0–3 — очень низкий уровень поиска ощущений;
- 4–5 — низкий уровень;
- 6–9 — средний уровень;
- 10–11 — высокий уровень;
- 12–13 — очень высокий уровень.

Опросник Х. Смишека «Диагностика типов акцентуации черт характера и темперамента по К. Леонгарду»

В основу опросника положена концепция К. Леонгарда об «акцентуированных личностях». Личности, у которых отдельные из основных черт имеют высокую степень выраженности, автор называл акцентуированными. Он выделяет 10 типов акцентуации: 1) демонстративный; 2) педантичный; 3) застревающий; 4) возбудимый; 5) гипертимный; 6) дистимический; 7) тревожно-боязливый; 8) циклотимический; 9) аффективно-экзальтированный; 10) эмотивный.

Инструкция. Внимательно прочитайте вопрос. Отвечайте на него «да» или «нет», проставляя в регистрационном бланке соответственно «+», если ответ утвердительный, или «–», если ответ отрицательный. Не задумывайтесь долго над ответом. Помните, плохих или неверных ответов не существует.

Текст опросника

1. Чаще у Вас бывает веселое и беззаботное настроение?
2. Чувствительны ли Вы к обидам, оскорблениям?
3. Бывает ли так, что в кинотеатре или в разговоре у Вас на глаза навертываются слезы?
4. Сделав что-то, Вы сомневаетесь, все ли выполнено правильно, и не успокаиваетесь до тех пор, пока не убедитесь еще раз в том, что все сделано правильно?
5. В детстве были ли таким же смелым и отчаянным, как Ваши сверстники?
6. Часто ли у Вас меняется настроение от невероятно веселого к крайне тоскливому?
7. Являетесь ли Вы центром внимания в обществе, компании?
8. Бывает ли так, что Вы беспричинно находитесь в таком недовольно-раздражительном настроении, что с Вами лучше не разговаривать?
9. Серьезный ли Вы человек?
10. Способны ли Вы восторгаться, восхищаться чем-нибудь?
11. Предприимчивы ли Вы?
12. Быстро ли забываете, если Вас кто-либо обидит?
13. Мягкосердечны ли Вы?
14. Опуская письмо в почтовый ящик, проверяете ли Вы, не застряло ли оно в щели?
15. Стремитесь ли Вы всегда считаться в числе лучших работников?
16. Боялись ли Вы в детстве грозы или собак?
17. Стремитесь ли Вы во всем соблюдать порядок?
18. Зависит ли ваше настроение от внешних обстоятельств?
19. Любят ли Вас ваши знакомые?
20. Часто ли Вас преследует чувство внутреннего беспокойства, ощущение возможной беды, неприятности?
21. Часто ли у Вас подавленное настроение?
22. Была ли у Вас хоть раз истерика или нервный срыв?
23. Трудно ли Вам длительное время усидеть на одном месте?
24. Если по отношению к Вам несправедливо поступили, отстаиваете ли свои интересы?
25. Можете ли Вы зарезать курицу?
26. Если дома занавески висят неровно, раздражает ли Вас это обстоятельство и Вы стараетесь сразу поправить их?
27. В детстве Вы боялись оставаться один дома?
28. Часто ли у Вас без причины колеблется настроение?

29. Всегда ли Вы стремитесь быть компетентным в своей профессии или одним из лучших в учебе?
30. Быстро ли Вы злитесь или впадаете в гнев?
31. Можете ли Вы быть беспечно веселым?
32. Бывает ли так, что ощущение полного счастья буквально Вас пронизывает?
33. Как Вы думаете, смогли бы быть ведущим (конферансье) в юмористическом спектакле?
34. Обычно Вы высказываете свое мнение достаточно откровенно и недвусмысленно?
35. Вам трудно переносить вид крови, так как он вызывает у вас неприятные ощущения?
36. Любите ли Вы работу, требующую от Вас огромной ответственности?
37. Склонны ли Вы выступать в защиту лиц, по отношению к которым несправедливо поступают?
38. Вам страшно спускаться в темный подвал?
39. Предпочитаете ли Вы деятельность, требующую неторопливости и усидчивости, работе быстрой и где требования к качеству невысоки?
40. Общительный ли Вы человек?
41. Охотно ли Вы в школе декламировали стихи?
42. Убегали ли Вы в детстве из дома?
43. Кажется ли Вам жизнь трудной?
44. Были ли такие ситуации, что Вы так расстроились, что не в состоянии были пойти на работу, занятия?
45. Можно ли сказать, что даже при неудаче Вы не теряете чувство юмора?
46. Предприняли бы Вы первым шаги к примирению, если бы Вас кто-нибудь обидел?
47. Вы очень любите животных?
48. Выйдя из дома, возвращаетесь ли снова, чтобы убедиться, что оставили его в таком состоянии, что ничего не случится?
49. Беспокоили ли мысли, что с Вами или родными что-нибудь может случиться?
50. Считаете ли Вы, что Ваше настроение очень изменчиво?
51. Трудно ли Вам выступать с докладами, играть на сцене перед большой аудиторией?
52. Можете ли Вы ударить обидчика, если он вас оскорбляет?
53. У Вас очень высока потребность в общении с другими людьми?
54. Вы относитесь к тому типу людей, кто впадает в отчаяние при каких-либо разочарованиях?
55. Нравится ли Вам работа, требующая активной организаторской деятельности?
56. Настойчиво ли Вы добиваетесь намеченной цели, если приходится преодолевать массу препятствий?
57. Может ли Вас так взволновать трагический фильм, что на глазах выступят слезы?
58. Трудно ли уснуть из-за того, что проблемы пережитого или следующего дня постоянно в ваших мыслях?
59. В школе Вы иногда подсказывали своим товарищам или давали списывать?
60. Потребуется ли Вам огромная сила воли, чтобы ночью пройти по кладбищу?
61. Следите ли Вы за тем, чтобы в вашем доме каждая вещь имела свое место?
62. Бывает ли так, что, ложась спать в хорошем настроении, Вы встаете в подавленном состоянии?
63. Легко ли Вы привыкаете к новым ситуациям?
64. Подвержены ли Вы головным болям?
65. Часто ли Вы смеетесь?
66. Можете ли Вы быть приветливым с теми, кого явно не цените, не любите, не уважаете?

67. Вы подвижный человек?
68. Из-за несправедливости Вы очень переживаете?
69. Любите ли Вы природу?
70. Уходя из дома или ложась спать, проверяете ли Вы, погашен ли свет, закрыты ли двери, выключен ли газ?
71. Вы боязливы?
72. Часто ли меняется Ваше настроение?
73. Принимаете ли Вы участие в кружках художественной самодеятельности или участвовали в них в молодости?
74. Расцениваете ли Вы жизнь несколько пессимистически, без радостных надежд?
75. Увлекает ли Вас путешествие?
76. Меняется ли у Вас внезапно настроение от огромной радости до глубокой тоски?
77. Легко ли Вам удается поднять настроение друзей или компании?
78. Долго ли Вы переживаете обиду?
79. Переживаете ли Вы длительное время несчастье других людей?
80. Будучи школьником, часто ли Вы переписывали страницу в вашей тетради, если случайно поставили кляксу?
81. Относитесь ли Вы к людям скорее с недоверием и настороженно, чем с доверчивостью?
82. Часто ли видите страшные сны?
83. Бывает ли у Вас такое состояние, что Вы боитесь, что броситесь под поезд или выброситесь из окна многоэтажного здания?
84. Вы обычно веселы в хорошей компании?
85. Способны ли Вы отвлечься от трудных проблем, требующих решения?
86. Становитесь ли Вы среди близких людей менее сдержанным, чувствуете себя более свободно?
87. В беседе Вы скорее немногословны, чем разговорчивы?
88. Если Вам надо было бы играть на сцене, могли бы Вы так перевоплотиться, что забыли бы о том, что только играете?

Ключи к опроснику. 1. Гипертимность (× 3): да — 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77.
2. Застревание (× 2): да — 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68. 78,81; нет — 12, 46, 59.
3. Эмотивность (× 3): да — 3, 13, 35. 47, 57, 69, 79; нет — 25.
4. Педантичность (× 2): да — 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 80, 83; нет — 36.
5. Тревожность (× 3): да — 16, 27, 38, 49, 60, 71, 82; нет — 5.
6. Циклотимность (× 3): да — 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84.
7. Демонстративность (× 2): да — 7, 19, 22, 29, 41, 44, 63, 66, 73, 88, 85; нет — 51.
8. Возбудимость (× 3): да — 8, 20, 30, 42, 52, 64, 75, 86.
9. Дистимность (× 3): да — 9, 21, 43, 74, 87; нет — 31, 53, 65.
10. Экзальтированность (× 6): да — 10, 32, 54, 76.

Регистрационный лист

№ п/п	+	–	№ п/п	+	–	№ п/п	+	–	№ п/п	+	–
1			5			9			13		
2			6			10			14		
3			7			11			15		
4			8			12			16		

№ п/п	+	–	№ п/п	+	–	№ п/п	+	–	№ п/п	+	–
17			35			53			71		
18			36			54			72		
19			37			55			73		
20			38			56			74		
21			39			57			75		
22			40			58			76		
23			41			59			77		
24			42			60			78		
25			43			61			79		
26			44			62			80		
27			45			63			81		
28			46			64			82		
29			47			65			83		
30			48			66			84		
31			49			67			85		
32			50			68			86		
33			51			69			87		
34			52			70			88		

Обработка результатов. Для обработки результатов опроса нужно изготовить трафареты в соответствии с ключами, которые накладываются на регистрационный лист. Затем подсчитывается количество ответов, соответствующих ключам, и сумма умножается на соответствующий коэффициент (2, 3 или 6). Черта характера является акцентуированной, если конечная сумма баллов равна или больше 19. О тенденции к акцентуации свидетельствует сумма баллов от 15 до 18.

Интерпретация типов акцентуации (Е. М. Вайнер)

Гипертимность. Активный, энергичный, оптимистический, с высоким жизненным тонусом. Добр, отзывчив, беззаботен. Из-за неустойчивости внимания и недостаточного упорства интересы поверхностны. Не терпит стеснения свободы. Плохо переносит критику в свой адрес. Находчив, умеет приспосабливаться к трудностям, бурно переживает неудачи, но они не выбивают его из колеи. К правилам и законам относится легкомысленно. Тяготится одиночеством, в группе стремится быть лидером. Неразборчив в выборе знакомств. Приподнятое, радостное настроение лишь изредка нарушается вспышками раздражительности, связанными с противодействием окружающих.

Застревание. Настойчивый, упрямый, противится изменениям, трудно переключается на другую ситуацию в процессе деятельности. Интересы постоянные и односторонние. Обладает повышенным самомнением и себялюбием, недоволен недостаточным признанием его заслуг. Стремится быть лидером, превзойти других. Повышенно чувствителен к неспра-

ведливостям — действительным и мнимым. Недоверчив. Длительно переживает одни и те же эмоции.

Эмотивность. Отличается изменчивостью настроения по самым незначительным поводам. Соответственно с этим окружаюший мир предстает то радостным, то серым, тоскливым. Влечения и интересы неустойчивы. Не претендует на роль лидера. Ищет эмоциональных контактов, стремясь занять положение любимца. Развитая интуиция позволяет почти безошибочно определять отношение к себе окружающих. Ответное отношение возникает незамедлительно и открыто. Слабо выражено чувство долга.

Педантичность. Отличается преувеличенной приверженностью к определенному порядку. Противится изменениям, так как плохо переключается на что-либо новое. Неуклонно следует заведенному порядку, сформировавшимся привычкам. Придает большое значение внешней стороне дела и мелочам. Склонен требовать того же от других.

Тревожность. Постоянно испытывает внутреннюю напряженность, ощущение неблагополучия. Склонен к ожиданию неприятностей. Проявляет повышенное внимание к негативным сигналам. Обеспокоен возможными последствиями своих действий, поэтому колеблется при принятии решений. Неудовлетворен своими возможностями разрешать жизненные проблемы.

Циклотимичность. Периоды ровного настроения сменяются периодами подъема с высокой умственной активностью и спада с минорным настроением, вялостью, рассеянностью, неуверенностью в себе. Мелкие неприятности, возникающие в период спада, тяжело переживаются, вызывают уныние. Общение раздражает.

Демонстративность. Эгоцентричен, жаждет признания, поддержки, сочувствия, стремится быть постоянно в центре внимания. Характерны позерство, поступки, рассчитанные на внешний эффект. Эмоции ярки, но неглубоки и неустойчивы. С целью привлечения к себе внимания может фантазировать, приписывать себе несуществующие качества и необычные действия. Претендует на роль лидера или на исключительное положение. Увлечения экстравагантные и не требующие особого труда.

Возбудимость. Агрессивен, упрям, самолюбив и обидчив. Постоянно внутренне напряжен, раздражителен, причем интенсивность реакции не соответствует силе раздражителя. Проявляет властность, повышенную требовательность к окружающим, часто не хочет считаться с их мнением. Склонен к конфликтам. Характерна чрезмерная сила влечения, неудержимость в их удовлетворении.

Дистимность. Настроение часто и подолгу меняется в сторону снижения, что проявляется в подавленности, тоске, предчувствии неприятностей.

Экзальтированность. Склонен приходить в состояние восторга по незначительным поводам, а при разочаровании впадать в отчаяние.

Тест «Эгоцентрические ассоциации»

Тест позволяет определить эгоцентрическую направленность личности подростков и старших школьников.

Инструкция. Тест содержит 40 незаконченных предложений, необходимо написать к ним окончания. Не надо раздумывать, нужно сразу записать первое пришедшее в голову окончание предложения. Старайтесь работать быстро.

Незаконченные предложения

1. В такой ситуации...
2. Легче всего...
3. Несмотря на то что...
4. Чем дальше...
5. По сравнению с...
6. Каждый...

7. Жаль, что...
8. В результате...
9. Если...
10. Несколько лет тому назад...
11. Самое важное то, что...
12. На самом деле...
13. Только...
14. Настоящая проблема в том, что...
15. Неправда, что...
16. Придет такой день, когда...
17. Самое большое...
18. Никогда...
19. В то, что...
20. Вряд ли возможно, что...
21. Главное в том, что...
22. Иногда...
23. Лет так через двенадцать...
24. В прошлом...
25. Дело в том, что...
26. В настоящее время...
27. Самое лучшее...
28. Принимая во внимание...
29. Если бы не...
30. Всегда...
31. Возможность...
32. В случае...
33. Обычно...
34. Если бы даже...
35. До сих пор...
36. Условие для...
37. Более всего...
38. Насчет...
39. С недавнего...
40. Только с тех пор...

Обработка и анализ результатов. Цель обработки и анализа — получение индекса эгоцентризма, по которому можно судить об эгоцентрической или неэгоцентрической направленности личности испытуемого.

Обрабатывать результаты имеет смысл, если испытуемый полностью справился с заданием. Поэтому в процессе тестирования важно добиваться, чтобы закончены были все предложения. В случае, когда более 10 предложений не закончены, обрабатывать бланк тестирования нецелесообразно.

Индекс эгоцентризма определяют по количеству предложений, в которых имеется местоимение первого лица единственного числа, притяжательные и собственные местоимения, образованные от него («я», «мне», «мой», «моих», «мною» и т. п.). Учитываются также продолженные, но не законченные испытуемым предложения, содержащие данные местоимения, и предложения, в которых имеется глагол первого лица единственного числа. За каждое такое предложение проставляется один балл и подсчитывается их сумма.

Выводы. При сумме 0–13 баллов у испытуемого низкий уровень, при сумме 27–40 баллов — высокий уровень эгоцентризма.

Методика «Шкала совестливости»

Приводимая ниже шкала взята из «Психодиагностического теста», разработанного В. М. Мельниковым и Л. Т. Ямпольским на основании зарубежных методик (*MMPI* и 16-факторного опросника Р. Кеттелла).

«Шкала совестливости» предназначена для измерения степени уважения к социальным нормам и этическим требованиям. Для лиц с высокими значениями фактора «совестливости» характерны такие особенности личности, влияющие на мотивацию поведения, как чувство ответственности, добросовестность, стойкость моральных принципов. В своем поведении они руководствуются чувством долга, строго соблюдают этические стандарты, всегда стремятся к выполнению социальных требований; высокая добросовестность обычно сочетается с хорошим самоконтролем.

Инструкция. На бланке для ответа Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением рядом с ним поставьте знак «+» («да»), при несогласии — «–».

Текст опросника

1. Я строго соблюдаю принципы нравственности и морали.
2. Я всегда следую чувству долга и ответственности.
3. Я верю, что любые, даже скрытые, поступки не окажутся безнаказанными.
4. Меня возмущает, что преступника могут освободить благодаря ловкой защите адвоката.
5. Я считаю, что соблюдение законов является обязательным.
6. Я считаю, что люди должны отказаться от всякого употребления спиртных напитков.
7. Если бы я должен был намеренно солгать человеку, мне пришлось бы смотреть в сторону, так как стыдно было бы смотреть ему в глаза.
8. Я люблю читать книги, статьи на темы морали и нравственности.
9. Меня раздражает, когда женщины курят.
10. Думаю, что существует одно-единственное правильное понимание жизни.
11. Когда кто-нибудь проявляет глупость или невежество, я стараюсь его поправить.
12. Я человек твердых убеждений.
13. Я люблю лекции на серьезные темы.
14. Я считаю, что всякую работу следует доводить до конца, даже если кажется, что в этом нет необходимости.

Обработка результатов и выводы. За каждый положительный ответ начисляется по 1 очку и подсчитывается их сумма. Чем выше набранная опрашиваемым сумма баллов, тем более у него выражены совестливость, чувство ответственности.

Опросник «Ауто- и гетероагрессия» (Е. П. Ильин)

Методика разработана Е. П. Ильиным для определения направленности агрессии на себя или на других.

Инструкция. Сейчас я оглашу ряд положений, касающихся Вашего поведения. Если они соответствуют имеющейся у Вас тенденции реагировать именно так, рядом с номером зачитываемого положения поставьте знак «+», если нет — то знак «–».

Текст опросника

1. Я не могу удержаться от грубых слов в свой адрес, если допускаю оплошность в каком-нибудь важном для меня деле.
2. Подчас я требую в резкой форме, чтобы уважали мои права.
3. Когда у меня что-то не получается в совместной работе с другими, я прежде всего ругаю самого себя, а не партнеров.

4. От злости я часто посылаю проклятия своему обидчику.
5. При возникновении конфликта с другими людьми я чаще всего обвиняю себя.
6. Если кто-нибудь меня раздражает, я готов сказать все, что о нем думаю.
7. Я часто проклинаю себя за то, что сделал не то, что хотел.
8. Когда на меня кричат, я тоже начинаю кричать в ответ.
9. Иногда я выражаю досаду на себя каким-нибудь физическим действием (ударяю себя по бедру, по лбу и т. п.).
10. Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозу в исполнение.
11. Если я совершаю поступок, который кажется мне недостойным, я долго корю себя, не стесняясь при этом в выражениях в свой адрес.
12. Я не могу удержаться от грубых слов, если кто-то не согласен со мной.
13. Если я делаю глупость, то ругаю себя последними словами.
14. В споре я часто начинаю сердиться и кричать.
15. Когда кто-то не отдает мне долг, я обвиняю прежде всего самого себя: так мне, дураку, и надо.
16. Я бываю грубоват с людьми, которые мне не нравятся.
17. Поссорившись с кем-то, я никогда не обвиняю себя.
18. Я не умею «поставить человека на место», даже если он этого заслуживает.
19. Даже если я злюсь на себя, я не прибегаю к сильным выражениям в свой адрес.
20. Как бы ни был я зол, я стараюсь не оскорблять других.

Ключ к опроснику. *Шкала аутоагрессии*: начисляется по 1 баллу за ответы «да» по пунктам 1, 3, 5, 7, 9, 11, 13, 15 и ответы «нет» по пунктам 17 и 19.

Шкала гетероагрессии: начисляется по 1 баллу за ответы «да» по пунктам 2, 4, 6, 8, 10, 12, 14, 16, и ответы «нет» по пунктам 18, 20.

Подсчитывается общая сумма баллов по каждой шкале. Сравнение полученных баллов позволяет судить о том, какой вид агрессии более выражен у данного человека.

Методика «Диагностика склонности к агрессивному поведению» (А. Ассингер)

Инструкция. Вам предлагаются ряд ситуаций. Подчеркните тот вариант их разрешения, который наиболее характерен для Вас.

Текст опросника

1. Склонны ли Вы искать пути к примирению после очередного конфликта?
   1. Всегда.
   2. Иногда.
   3. Никогда.
2. Как Вы ведете себя в критической ситуации?
   1. Сохраняете полное спокойствие
   2. Внутренне кипите.
   3. Теряете самообладание.
3. Каким считают Вас коллеги и знакомые?
   1. Дружелюбным.
   2. Спокойным и независтливым.
   3. Самоуверенным и завистливым.

4. Как Вы отреагируете, если Вам предложат ответственную должность?
   1. Откажетесь от нее ради собственного спокойствия.
   2. Примете ее с некоторыми опасениями.
   3. Согласитесь без колебаний.
5. Как Вы будете себя вести, если кто-то из коллег без разрешения возьмет с вашего стола бумагу?
   1. Спросите, не нужно ли ему еще что-нибудь.
   2. Заставите вернуть.
   3. Выдадите ему «по первое число».
6. Какими словами Вы встретите мужа (жену), если он (она) вернулся(лась) с работы позже обычного?
   1. «Я уже начал(а) волноваться».
   2. «Что это тебя так задержало?»
   3. «Где ты торчишь допоздна?»
7. Как Вы ведете себя за рулем автомобиля?
   1. Вам все равно, сколько машин вас обогнали.
   2. Стараетесь обогнать машину, которая показала Вам «хвост».
   3. Помчитесь с такой скоростью, чтобы никто не догнал Вас.
8. Какими Вы считаете свои взгляды на жизнь?
   1. Легкомысленными.
   2. Сбалансированными.
   3. Крайне жесткими.
9. Что Вы предпринимаете, если не все удается?
   1. Смиряетесь.
   2. Становитесь впредь осторожнее.
   3. Пытаетесь свалить вину на другого.
10. Как Вы отреагируете на фельетон о случаях распущенности среди современной молодежи?
    1. «Надо создать им возможность организованно и культурно отдыхать».
    2. «Пора бы уже запретить им такие развлечения».
    3. «И чего только мы с ними возимся?»
11. Что Вы ощущаете, если должность, которую Вы хотели занять, досталась Вашему коллеге?
    1. «Может быть, мне это удастся в следующий раз».
    2. «И зачем я только на это нервы тратил?»
    3. «Видно, его физиономия шефу приятнее».
12. Как Вы смотрите страшные фильмы?
    1. Боитесь.
    2. Скучаете.
    3. Получаете искреннее удовольствие.
13. Если из-за дорожной пробки Вы опоздаете на важное совещание, то что Вы сделаете?
    1. Огорчитесь.
    2. Будете нервничать во время заседания.
    3. Попытаетесь вызвать снисходительность партнеров.

14. Как Вы относитесь к своим спортивным успехам?
    1. Цените удовольствие почувствовать себя сильным, ловким.
    2. Обязательно стараетесь выиграть.
    3. Очень сердитесь, если не везет.
15. Как Вы поступите, если Вас плохо обслужили в ресторане?
    1. Стерпите, избегая скандала.
    2. Вызовите метрдотеля и сделаете ему замечание.
    3. Отправитесь с жалобой к директору ресторана.
16. Как Вы себя поведете, если Вашего ребенка обидели в школе?
    1. Поговорите с учителем.
    2. Устроите скандал родителям «малолетнего преступника».
    3. Посоветуете ребенку дать сдачи.
17. Какой, по-вашему, Вы человек?
    1. Средний.
    2. Самоуверенный.
    3. Пробивной.
18. Что Вы ответите подчиненному, с которым столкнулись в дверях, если он начал извиняться перед Вами?
    1. «Простите, это моя вина».
    2. «Ничего, пустяки».
    3. «А повнимательней Вы быть не можете?»
19. Как Вы отреагируете на статью в газете о случаях хулиганства среди молодежи?
    1. «Нельзя все валить на молодежь, виноваты и воспитатели!»
    2. «Когда же наконец будут приняты меры?»
    3. «Надо бы ввести телесные наказания».
20. Представьте, что Вам предстоит заново родиться, но уже животным. Какое животное Вы предпочтете?
    1. Домашнюю кошку.
    2. Медведя.
    3. Тигра или леопарда.

Обработка результатов. Подсчитывается сумма номеров подчеркнутых ответов.

Интерпретация. Если отвечавший набирает 45 очков и больше, то он излишне агрессивен, 36–44 очка — умеренно агрессивен; 35 очков и меньше — миролюбив.

Если по 7 и более вопросам отвечавший набрал по 3 очка, а менее чем по 7 вопросам — по 1 очку, то взрывы его агрессивности отличаются скорее разрушительным, чем конструктивным характером. Он сам провоцирует конфликты. Если же по 7 и более вопросам опрошенный набирает по 1 очку, а менее чем по 7 вопросам — по три очка, ему неприсущи вспышки агрессии или же он их слишком тщательно подавляет.

Методика «Конфликтная личность»

Источник: Женская психология / Сост. Н. А. Литвинцева. М., 1994.

Эта методика позволяет оценить степень конфликтности или тактичности человека.

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений. Выберите один из трех предложенных вариантов, соответствующий Вашим взглядам, и рядом с его обозначением — а, б, в — поставьте на бланке для ответа знак «+» («да»).

Текст опросника

1. Представьте, что в общественном транспорте начался спор. Что Вы предпримете:
   а) не будете вмешиваться в ссору;
   б) вмешаетесь, встав на сторону того, кто прав;
   в) вмешаетесь и будете отстаивать свою точку зрения.
2. На собрании Вы критикуете руководство за допущенные ошибки:
   а) нет;
   б) да, но в зависимости от вашего личного отношения к нему;
   в) всегда критикуете за ошибки.
3. Ваш непосредственный начальник излагает план работы, который не кажется Вам правильным. Предложите ли Вы свой план, который кажется вам лучше:
   а) если другие вас поддержат, то да;
   б) разумеется, Вы будете поддерживать свой план;
   в) боитесь, что за критику у Вас будут неприятности.
4. Любите ли Вы спорить с коллегами, друзьями:
   а) только с теми, кто не обижается, и когда споры не портят ваши отношения;
   б) да, но только по важным, принципиальным вопросам;
   в) Вы спорите со всеми и по любому поводу.
5. Кто-то пытается «пролезть» вперед Вас без очереди:
   а) считая, что и Вы не хуже его, попытаетесь обойти очередь;
   б) возмущаетесь, но про себя;
   в) открыто высказываете свое негодование.
6. Если в какой-то спорной ситуации Ваше мнение будет решающим, как Вы поступите:
   а) выскажетесь и о положительных, и об отрицательных сторонах предложения;
   б) выделите положительные его стороны и предложите подумать еще;
   в) станете только критиковать идею.
7. Ваша жена (муж) постоянно говорит Вам о Вашей расточительности, а сама то и дело покупает дорогие вещи. Она захотела узнать о своей последней покупке Ваше мнение. Что Вы ей скажете:
   а) что одобряете покупку, если она доставила жене удовольствие;
   б) говорите, что эта вещь безвкусна;
   в) ругаете ее за эту покупку.
8. Вы встретили подростков, которые курят. Как Вы отреагируете:
   а) подумаете: «Зачем мне портить себе настроение из-за чужих ребят?»;
   б) сделаете им замечание;
   в) отчитаете их.
9. В ресторане Вы заметили, что официант Вас обсчитал:
   а) в таком случае Вы не даете ему чаевые, которые заранее приготовили;
   б) попросите, чтобы он еще раз при Вас подсчитал сумму;
   в) устроите скандал.
10. В доме отдыха плохое обслуживание. Какой выход вы дадите своему возмущению:
    а) выскажете претензии администратору;
    б) пожалуетесь на него, чтобы его наказали;
    в) выместите свое недовольство на младшем персонале: уборщицах, официантках.

11. Вы спорите с Вашим сыном-подростком и убеждаетесь, что он прав. Признаете ли Вы свою ошибку:
    а) нет;
    б) разумеется, признаете;
    в) какой же у родителя будет авторитет, если признать ошибку?

Обработка результатов. Каждый вариант ответа получает определенное количество баллов: *а* — 4, *б* — 2, *в* — 0. Подсчитывается сумма баллов.

Выводы. Если сумма баллов в пределах от 30 до 44, опрашиваемый тактичен, не любит конфликтов, избегает критических ситуаций; стремится быть приятным для окружающих, но не всегда оказывает им помощь.

Если сумма в пределах от 15 до 29, то опрашиваемый — конфликтная личность. Настойчиво отстаивает свое мнение, невзирая на то, как это повлияет на личные или служебные отношения. За это его уважают.

Если же сумма в пределах от 10 до 14, то опрашиваемый сам провоцирует конфликты, ищет поводы для споров, любит критиковать, навязывает свое мнение. Короче, он — скандалист.

Методика «Личностная агрессивность и конфликтность» (Е. П. Ильин, П. А. Ковалев)

Методика предназначена для выявления склонности субъекта к конфликтности и агрессивности как личностным характеристикам.

Инструкция. Вам предлагается ряд утверждений. При согласии с утверждением в карте опроса (она приводится ниже) в соответствующем квадратике поставьте знак «+» («да»), при несогласии — знак «–» («нет»).

Текст опросника

1. Я легко раздражаюсь, но быстро успокаиваюсь.
2. В спорах я всегда стараюсь захватить инициативу.
3. Мне чаще всего не воздают должное за мои дела.
4. Если меня не попросят по-хорошему, я не уступлю.
5. Я стараюсь делать все, чтобы избежать напряженности в отношениях.
6. Если по отношению ко мне поступают несправедливо, то я про себя накликаю обидчику всякие несчастья.
7. Я часто злюсь, когда мне возражают.
8. Я думаю, что за моей спиной обо мне говорят плохо.
9. Я гораздо более раздражителен, чем кажется.
10. Мнение, что нападение — лучшая защита, правильное.
11. Обстоятельства почти всегда благоприятнее складываются для других, чем для меня.
12. Если мне не нравится установленное правило, я стараюсь его не выполнять.
13. Я стараюсь найти такое решение спорного вопроса, которое удовлетворило бы всех.
14. Я считаю, что добро эффективнее мести.
15. Каждый человек имеет право на свое мнение.
16. Я верю в честность намерений большинства людей.
17. Меня охватывает ярость, когда надо мной насмехаются.
18. В споре я часто перебиваю собеседника, навязывая ему мою точку зрения.
19. Я часто обижаюсь на замечания других, даже если и понимаю, что они справедливы.
20. Если кто-то «корчит» из себя важную персону, я всегда поступаю ему наперекор.
21. Я предлагаю, как правило, среднюю позицию.

22. Я считаю, что лозунг из мультфильма: «Зуб за зуб, хвост за хвост» — справедлив.
23. Если я все обдумал, то я не нуждаюсь в советах других.
24. С людьми, которые со мной любезнее, чем я мог ожидать, я держусь настороженно.
25. Если кто-то выводит меня из себя, я не обращаю на это внимания.
26. Я считаю бестактным не давать высказаться в споре другой стороне.
27. Меня обижает отсутствие внимания со стороны окружающих.
28. Я не люблю поддаваться в игре даже с детьми.
29. В споре я стараюсь найти то, что устроит обе стороны.
30. Я уважаю людей, которые не помнят зла.
31. Утверждение «Ум — хорошо, а два — лучше» справедливо.
32. Утверждение «Не обманешь — не проживешь» тоже справедливо.
33. У меня никогда не бывает вспышек гнева.
34. Я могу внимательно и до конца выслушать аргументы спорящего со мной.
35. Я всегда обижаюсь, если среди награжденных за дело, в котором я участвовал, нет меня.
36. Если в очереди кто-то пытается доказать, что он стоит впереди меня, я ему не уступаю.
37. Я стараюсь избегать обострения отношений.
38. Часто я воображаю те наказания, которые могли бы обрушиться на моих обидчиков.
39. Я не считаю, что я глупее других, поэтому их мнение мне не указ.
40. Я осуждаю недоверчивых людей.
41. Я всегда спокойно реагирую на критику, даже если она кажется мне несправедливой.
42. Я всегда убежденно отстаиваю свою правоту.
43. Я не обижаюсь на шутки друзей, даже если они злые.
44. Иногда я предоставляю возможность другим взять на себя ответственность за решение важного для всех вопроса.
45. Я стараюсь убедить другого прийти к компромиссу.
46. Я верю, что за зло можно отплатить добром, и действую в соответствии с этим.
47. Я часто обращаюсь к коллегам, чтобы узнать их мнение.
48. Если меня хвалят, значит, этим людям от меня что-то нужно.
49. В конфликтной ситуации я хорошо владею собой.
50. Мои близкие часто обижаются на меня за то, что в разговоре с ними я им «рта не даю открыть».
51. Меня не трогает, если при похвале за общую работу не упоминается мое имя.
52. Ведя переговоры со старшим по должности, я стараюсь ему не возражать.
53. В решении любой проблемы я предпочитаю «золотую середину».
54. У меня отрицательное отношение к мстительным людям.
55. Я не думаю, что руководитель должен считаться с мнением подчиненных, ведь отвечать за все ему.
56. Я часто боюсь подвохов со стороны других людей.
57. Меня не возмущает, когда люди толкают меня на улице или в транспорте.
58. Когда я разговариваю с кем-то, меня так и подмывает скорее изложить свое мнение.
59. Иногда я чувствую, что жизнь поступает со мной несправедливо.
60. Я всегда стараюсь выйти из вагона раньше других.
61. Вряд ли можно найти такое решение, которое бы всех удовлетворило.
62. Ни одно оскорбление не должно оставаться безнаказанным.
63. Я не люблю, когда другие лезут ко мне с советами.
64. Я подозреваю, что многие поддерживают со мной знакомство из корысти.
65. Я не умею сдерживаться, когда меня незаслуженно упрекают.

66. Я больше люблю атаковать, чем защищаться.
67. У меня вызывают сожаление чрезмерно обидчивые люди.
68. Для меня не имеет большого значения, чья точка зрения в споре окажется правильной — моя или чужая.
69. Компромисс не всегда является лучшим разрешением спора.
70. Я не успокаиваюсь до тех пор, пока не отомщу обидчику.
71. Я считаю, что лучше посоветоваться с другими, чем принимать решение одному.
72. Я сомневаюсь в искренности слов большинства людей.
73. Обычно меня трудно вывести из себя.
74. Если я вижу недостатки у других, я не стесняюсь их критиковать.
75. Я не вижу ничего обидного в том, что мне говорят о моих недостатках.
76. Будь я на базаре продавцом, я не стал бы уступать в цене за свой товар.
77. Пойти на компромисс — значит показать свою слабость.
78. Справедливо ли мнение, что если тебя ударили по одной щеке, то надо подставить и другую?
79. Я не чувствую себя ущемленным, если мнение другого оказывается более правильным.
80. Я никогда не подозреваю людей в нечестности.

Обработка результатов. Для удобства обработки ответов (мнений по утверждениям) целесообразно, чтобы испытуемые свои ответы («да», «нет») заносили в карту опроса.

Карта опроса

№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет
1			17			33			49		
2			18			34			50		
3			19			35			51		
4			20			36			52		
5			21			37			53		
6			22			38			54		
7			23			39			55		
8			24			40			56		
9			25			41			57		
10			26			42			58		
11			27			43			59		
12			28			44			60		
13			29			45			61		
14			30			46			62		
15			31			47			63		
16			32			48			64		

Окончание карты опроса

№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет
65			69			73			77		
66			70			74			78		
67			71			75			79		
68			72			76			80		

Ответы на вопросы соответствуют восьми шкалам: 1) вспыльчивость; 2) наступательность; 3) обидчивость; 4) неуступчивость; 5) компромиссность; 6) мстительность; 7) нетерпимость к мнению других; 8) подозрительность.

За каждый ответ «да» или «нет» в соответствии с ключом к каждой шкале начисляется 1 балл. По каждой шкале испытуемые могут набрать от 0 до 10 баллов.

Ключ. Ответы «да» по позициям 1, 9, 17, 65 и ответы «нет» по позициям 25, 33, 41, 49, 57, 73 свидетельствуют о склонности субъекта к вспыльчивости.

Ответы «да» по позициям 2, 10, 18, 42, 50, 58, 66, 74 и ответы «нет» по позициям 26, 34 свидетельствуют о склонности к наступательности, напористости.

Ответы «да» по позициям 3, 11, 19, 27, 35, 59 и ответы «нет» по позициям 43, 51, 67, 75 — склонность к обидчивости.

Ответы «да» по позициям 4, 12, 20, 28, 36, 60, 76 и ответы «нет» по позициям 44, 52, 68 — склонность к неуступчивости.

Ответы «да» по позициям 5, 13, 21, 29, 37, 45, 53 и ответы «нет» по позициям 61, 69, 77 — склонность к бескомпромиссности.

Ответы «да» по позициям 6, 22, 38, 62, 70 и ответы «нет» по позициям 14, 30, 46, 54, 78 — склонность к мстительности.

Ответы «да» по позициям 7, 23, 39, 55, 63 и ответы «нет» по позициям 15, 31, 47, 71, 79 — склонность быть нетерпимым к мнению других.

Ответы «да» по позициям 8, 24, 32, 48, 56, 64, 72 и ответы «нет» по позициям 16, 40, 80 — склонность к подозрительности.

Сумма баллов по шкалам наступательности (напористости), неуступчивости дает суммарный показатель *позитивной агрессивности* субъекта. Сумма баллов, набранная по шкалам нетерпимости к мнению других, мстительности, — показатель *негативной агрессивности* субъекта. Сумма баллов по шкалам бескомпромиссности, вспыльчивости, обидчивости, подозрительности — обобщенный показатель *конфликтности.*

Методика «Агрессивное поведение» (Е. П. Ильин, П. А. Ковалев)

Направлена на выявление сдержанности—несдержанности и типа агрессивного поведения.

Инструкция. На каждое утверждение в матрице нужно дать ответы «да» (ставится знак «+») или «нет» (ставится знак «–»).

Вопросы теста

1. Я не могу удержаться от грубых слов, если кто-то не согласен со мной.
2. Иногда я сплетничаю о людях, которых не люблю.
3. Я никогда не раздражаюсь настолько, чтобы кидаться предметами.
4. Я редко даю сдачи, если меня ударят.
5. Подчас я требую в резкой форме, чтобы уважали мои права.
6. От злости я часто про себя посылаю проклятия моему обидчику.

7. Я могу вспомнить случаи, когда я был настолько зол, что хватал попавшуюся под руку вещь и ломал ее.
8. Если я разозлюсь, я могу ударить человека.
9. Если кто-нибудь раздражает меня, я готов сказать все, что о нем думаю.
10. При возникновении конфликта на работе я чаще всего «разряжаюсь» в разговорах с друзьями и близкими.
11. Иногда я выражаю свой гнев тем, что стучу по столу кулаком.
12. Если я должен для защиты своих прав применить физическую силу, то я так и делаю.
13. Когда на меня кричат, я начинаю кричать в ответ.
14. Я часто рассказываю дома о недостатках сослуживцев, которые критикуют меня.
15. С досады я могу пнуть ногой все, что подвернется.
16. В детстве мне нравилось драться.
17. Я часто просто угрожаю людям, хотя и не собираюсь приводить угрозу в исполнение.
18. Я часто про себя обдумываю, что мне надо высказать начальнику, но так и не делаю этого.
19. Я считаю неприличным стучать по столу, даже если человек очень сердит.
20. Если тот, кто взял мою вещь, не отдает ее, я могу применить силу.
21. В споре я часто начинаю сердиться и кричать.
22. Я считаю, что осуждать человека «за глаза» не очень этично.
23. Не было случая, чтобы я со злости что-нибудь сломал.
24. Я никогда не применяю физическую силу для решения спорных вопросов.
25. Даже если я злюсь, я не прибегаю к сильным выражениям.
26. Я не сплетничаю о людях, даже если они мне очень не нравятся.
27. Я могу так рассвирепеть, что буду крушить все подряд.
28. Я не способен ударить человека.
29. Я не умею «поставить человека на место», даже если он этого заслуживает.
30. Иногда я про себя обзываю начальника, если остаюсь недоволен его решением.
31. Мне не нравятся люди, которые вымещают зло на своих детях, раздавая им подзатыльники.
32. Люди, которые постоянно изводят вас, стоят того, чтобы их ударили.
33. Как бы я ни был зол, я стараюсь не оскорблять других.
34. После неприятностей на работе я часто скандалю дома.
35. Когда я раздражаюсь, то, уходя, хлопаю дверьми.
36. Я никогда не любил драться.
37. Я бываю грубоват с людьми, которые мне не нравятся.
38. Если в транспорте мне отдавили ногу, я про себя ругаюсь всякими словами.
39. Я всегда осуждаю родителей, бьющих своих детей только потому, что у самих плохое настроение.
40. Лучше убедить человека, чем принуждать его физически.

Матрица для ответов опрашиваемых

№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет
1			5			9			13		
2			6			10			14		
3			7			11			15		
4			8			12			16		

Окончание матрицы

№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет
17			23			29			35		
18			24			30			36		
19			25			31			37		
20			26			32			38		
21			27			33			39		
22			28			34			40		

Для удобства подсчета набранных баллов целесообразно иметь 4 ключа, которые по размерам и форме точно должны соответствовать опросной матрице, а в месте указанных выше ответов — вырезанные окошечки, где может появиться поставленный опрашиваемым знак («+» или «–»). Подсчитываются как плюсы, так и минусы.

Ключ. Ответы «да» по позициям 1, 5, 9, 13, 17, 21, 37 и «нет» по позициям 25, 29, 33 свидетельствуют о склонности опрашиваемого к прямой вербальной агрессии; ответы «да» по позициям 2, 6, 10, 14, 18, 30, 34, 38 и «нет» по позициям 22, 26 — о склонности к косвенной вербальной агрессии; ответы «да» по позициям 7, 11, 15, 27, 35 и «нет» по позициям 3, 19, 23, 31, 39 — о склонности к косвенной физической агрессии; ответы «да» по позициям 8, 12, 16, 20, 32 и «нет» по позициям 4, 24, 28, 36, 40 — о склонности к прямой физической агрессии.

За каждый из указанных ответов начисляется 1 балл.

Выводы. Чем больше сумма набранных баллов, тем выше у данного человека склонность к агрессии.

Сумма баллов за прямую и косвенную физическую агрессию и прямую вербальную агрессию позволяет судить о несдержанности, если сумма 20 баллов и больше, или сдержанности (выдержке), если сумма 10 баллов и меньше.

Экспериментально-психологическая методика изучения типа фрустрационных реакций

Методика описана С. Розенцвейгом под названием «Методика рисуночной фрустрации». Она позволяет выявить склонность человека к различным типам и направленности его реакций при возникновении состояния фрустрации. Приводимый вариант методики разработан в НИИ психиатрии им. В. М. Бехтерева.

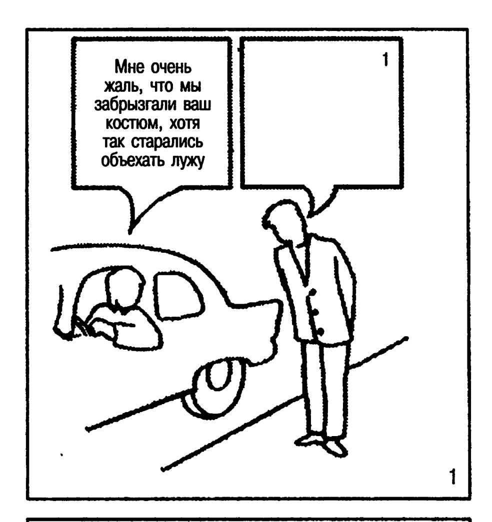
Инструкция. Вам предлагаются 24 рисунка (с. 549–552), на каждом из которых изображены два или несколько говорящих человек. То, что они говорят, написано в квадрате слева. Что Вы будете отвечать им в этой ситуации? Запишите самый первый ответ, который придет Вам на ум, на листке ответов под соответствующим номером. Работайте как можно быстрее.

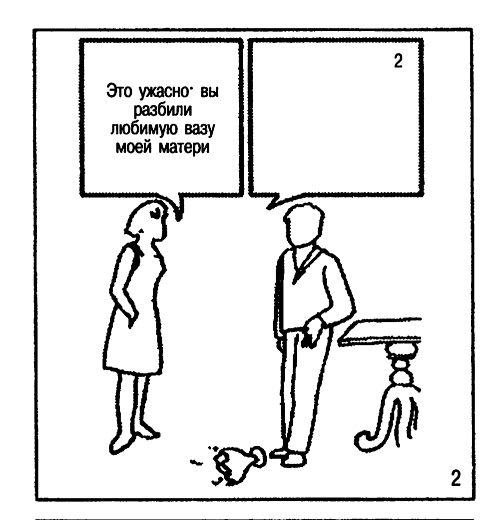
Если у испытуемых нет вопросов по процедуре проведения эксперимента, им предлагается приступить к выполнению задания.

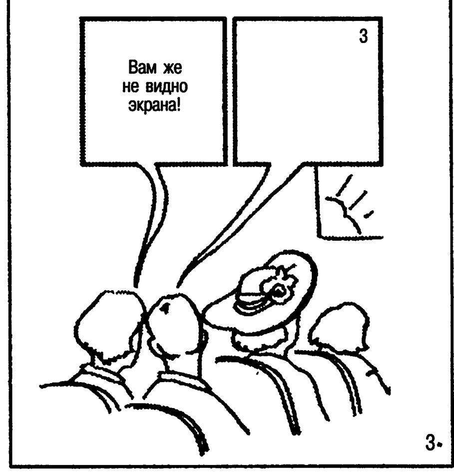
С помощью специального ключа ответы испытуемых, данные в произвольной форме, классифицируются экспериментатором согласно авторской типологии. Индивидуальные оценки протоколируются и суммируются, в окончательном виде представляя тип и направление эмоциональных реакций испытуемого.

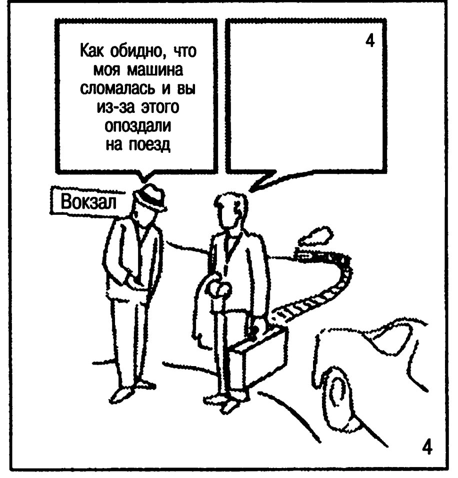
С. Розенцвейг по направлению реакции выделяет три типа:

- экстрапунитивные (внешнеобвинительные — *E*),


Мне очень жаль, что мы забрызгали ваш костюм, хотя так старались объехать лужу
1
1


Это ужасно· вы разбили любимую вазу моей матери
2
2


Вам же не видно экрана!
3
3


Как обидно, что моя машина сломалась и вы из-за этого опоздали на поезд
4
Вокзал
4

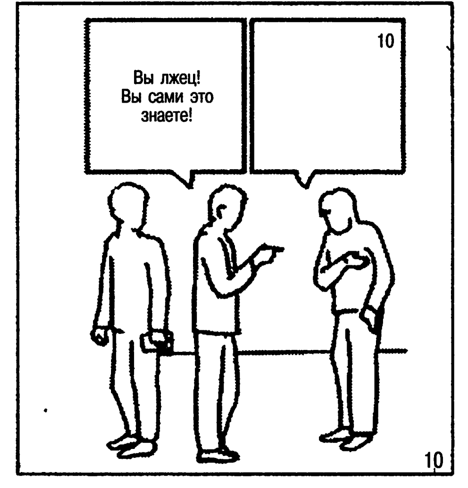

Вот уже в третий раз я прихожу к вам с этими часами. Я их купила неделю назад, но как только приношу их домой, они останавливаются
5
5


Согласно библиотечным правилам, вы можете брать одновременно только две книги
6
6


Не слишком ли
вы шумите?
7
7


Твоя подруга пригласила меня сегодня вечером на танцы. Она сказала, что ты не придешь
8
8

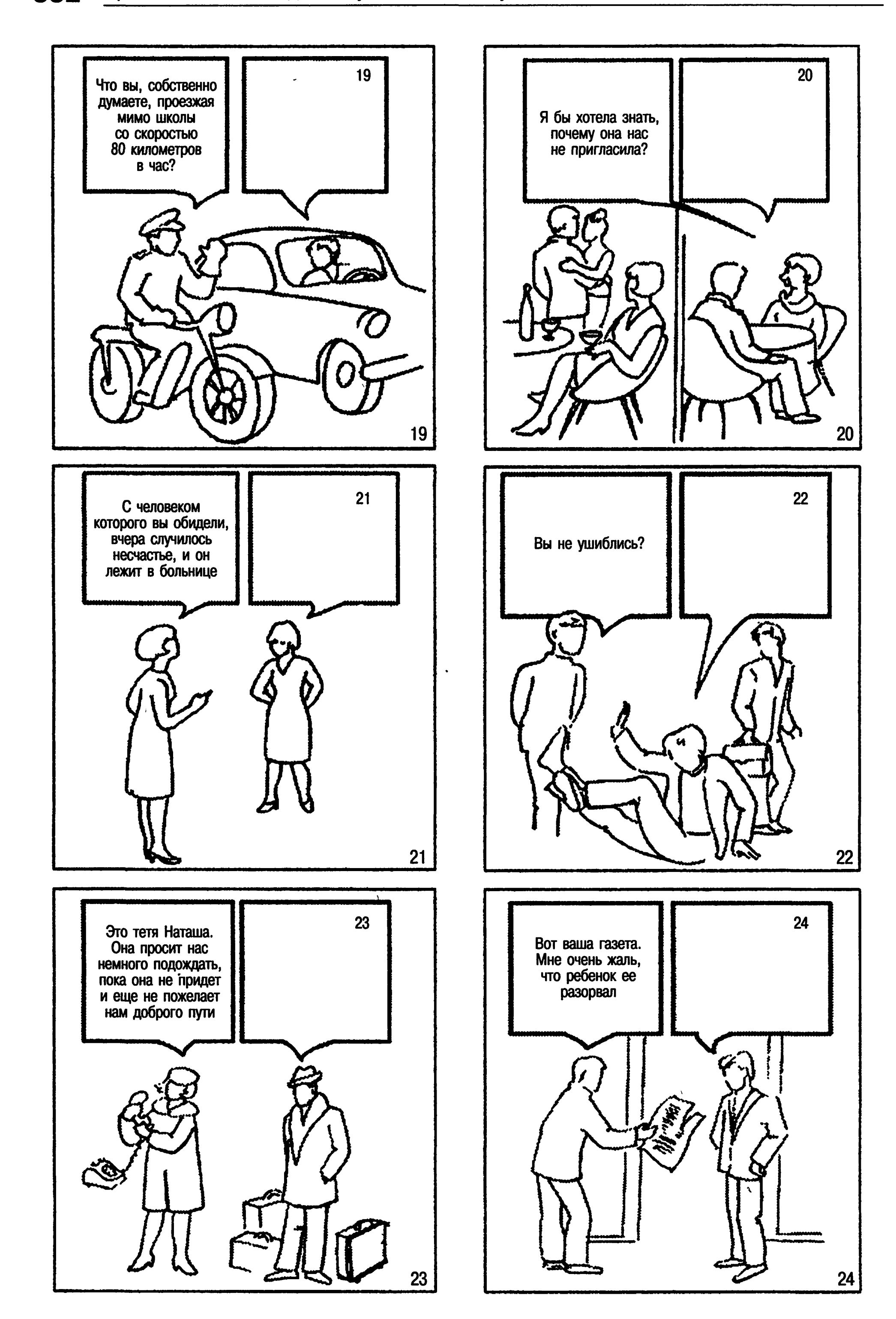

Я понимаю, что вам нужен ваш плащ, однако вы должны подождать до обеда, пока не придет заведующий
9
Химчистка
9


Вы лжец!
Вы сами это знаете!
10
10


Простите, пожалуйста. Значит, нас неправильно соединили
11
11


Если это не твоя шляпа, то, вероятно, Петров по ошибке взял ее, а свою оставил здесь
12
12


Я не могу сейчас вас принять, хотя вчера мы об этом и условились
13
13
Она должна была быть здесь уже 10 минут тому назад
14
14
Я понимаю, что подвожу тебя, но приехать я не могу
15
15
Вы не имели никакого права меня обгонять!
16
16
Как нарочно, теперь ты потерял ключи
17
17
Мне очень жаль, но мы как раз продали последний экземпляр
18
18


Что вы, собственно думаете, проезжая мимо школы со скоростью 80 километров в час?
19
19
Я бы хотела знать, почему она нас не пригласила?
20
20
С человеком которого вы обидели, вчера случилось несчастье, и он лежит в больнице
21
21
Вы не ушиблись?
22
22
Это тетя Наташа. Она просит нас немного подождать, пока она не придет и еще не пожелает нам доброго пути
23
23
Вот ваша газета. Мне очень жаль, что ребенок ее разорвал
24
24

- интрапунитивные (самообвинительные — *I*),
- импунитивные (безобвинительные — *M*).

По типу реагирования:

- «с фиксацией на препятствии» — *OD*,
- «с фиксацией на самозащите» — *ED*,
- «с фиксацией на удовлетворении потребности» — *NP*.

Для указания, что в ответе доминирует «фиксация на препятствия», к буквам, обозначающим направленность реакций, добавляется значок «прим». Тип реакции «с фиксацией на самозащите» обозначается этими буквами без значка, а тип реакции «с фиксацией на удовлетворении потребности» обозначается буквами *e*, *i*, *m*. Эти оценки заносятся в регистрационный лист для дальнейшей обработки.

Поскольку обсчет получаемых результатов способом, предложенным автором, очень сложен, ограничусь описанием упрощенной интерпретации полученных данных, позволяющих судить о тенденции испытуемого реагировать на фрустрирующую ситуацию тем или иным способом, а также о том, что для него является большим фрустратором — препятствие или обвинение

Преимущественная направленность реакции определяется при сравнении числа случаев реакций типа *E*, *I*, *M* по всем картинкам. Что является для испытуемого большим фрустратором, определяется путем подсчета (%) и сравнения типа реакций *OD* и *ED*. Перевод количества ответов в проценты необходим потому, что число картинок, относящихся к препятствиям и обвинениям, в тесте неодинаково. Ситуации «препятствия» встречаются в 16 картинках (1, 3, 4, 6, 8, 9, 11, 12, 13, 14, 15, 18, 20, 22, 23, 24), ситуации «обвинения» — в 8 (2, 5, 7, 10, 16, 17, 19, 21).

Методика «Шкала робость—стеснительность»

Инструкция. Прочитайте утверждения вопросника и в случае согласия с ними поставьте рядом знак «+», при несогласии — «–».

Текст опросника

1. Когда я нахожусь в компании, я мучаюсь выбором темы для разговора.
2. В компании я чувствую себя несколько неловко и из-за этого произвожу впечатление хуже, чем мог бы.
3. Я редко заговариваю с людьми первым.
4. Мне бывает трудно изложить свои мысли словами, и поэтому я не включаюсь в беседу с такой готовностью, как другие.
5. Часто я лишь с большим трудом могу скрыть свою застенчивость.
6. Я схожусь с людьми так же легко, как и другие.
7. Мне трудно поддерживать разговор с малознакомыми людьми.
8. Я часто много теряю из-за своей нерешительности.
9. Иногда из-за своей сдержанности мне бывает трудно отстаивать свои права.
10. В школе мне трудно было говорить перед всем классом.
11. Я без страха и смущения вхожу в комнату, где уже собрались и беседуют люди.
12. Я охотно знакомлюсь с новыми людьми.
13. Мне бы хотелось быть менее застенчивым.
14. Мне кажется, что, попадая в новый коллектив, я быстро приспосабливаюсь.
15. Если люди наблюдают за мной, мне становится не по себе.

Обработка результатов. Баллы начисляются за ответы «да» по позициям 1, 2, 3, 4, 5, 7, 8, 9, 10, 13, 15 и ответы «нет» по позициям 6, 11, 12, 14. Подсчитывается сумма баллов.

Выводы. Высокие оценки по фактору «робость, стеснительность» свидетельствуют о застенчивости, нерешительности, неуверенности. Такие лица избегают рискованных ситуаций, при необходимости принять решение либо чрезмерно колеблются, либо подолгу оттягивают его выполнение.

Методика «Индикатор копинг-стратегий» (Д. Амирхан)

Методика адаптирована в Психоневрологическом научно-исследовательском институте им. В. М. Бехтерева.

Инструкция. Мы интересуемся, как люди справляются с проблемами, трудностями и неприятностями в их жизни. На бланке представлено несколько возможных путей преодоления проблем, неприятностей. Ознакомившись с утверждениями, Вы сможете определить, какие из предложенных вариантов обычно Вами используются. Все Ваши ответы останутся неизвестны посторонним. Попытайтесь вспомнить об одной из серьезных проблем, с которой Вы столкнулись за последний год и которая заставила вас изрядно беспокоиться. Опишите эту проблему в нескольких словах.

Теперь, читая приведенные ниже утверждения, выберите один из трех наиболее приемлемых вариантов ответа для каждого утверждения.

Текст опросника

1. Позволяю себе поделиться переживанием с другом.
2. Стараюсь сделать все так, чтобы иметь возможность наилучшим образом решить проблему.
3. Осуществляю поиск всех возможных решений, прежде чем что-либо предпринять.
4. Пытаюсь отвлечься от проблемы.
5. Принимаю сочувствие и понимание кого-либо.
6. Делаю все возможное, чтобы не дать окружающим возможность увидеть, что мои дела плохи.
7. Обсуждаю ситуацию с людьми, так как обсуждение помогает мне чувствовать себя лучше.
8. Ставлю для себя ряд целей, позволяющих постепенно справиться с ситуацией.
9. Очень тщательно взвешиваю возможности выбора.
10. Мечтаю, фантазирую о лучших временах.
11. Пытаюсь различными способами разрешить проблему, пока не найду наиболее подходящий.
12. Доверяю свои страхи родственнику или другу.
13. Больше времени, чем обычно, провожу один.
14. Рассказываю людям о ситуации, так как только ее обсуждение помогает мне прийти к ее разрешению.
15. Думаю о том, что нужно сделать для того, чтобы исправить положение.
16. Сосредоточиваюсь полностью на решении проблемы.
17. Обдумываю про себя план действий.
18. Смотрю телевизор дольше, чем обычно.
19. Иду к кому-нибудь (другу или специалисту), чтобы он мне помог чувствовать себя лучше.
20. Проявляю упорство и борюсь за то, что мне нужно в этой ситуации.
21. Избегаю общения с людьми.
22. Переключаюсь на хобби или занимаюсь спортом, чтобы избежать проблемы.

23. Иду к другу, чтобы он помог мне лучше осознать проблему.
24. Иду к другу за советом — как исправить ситуацию.
25. Принимаю сочувствие, взаимное понимание друзей, у которых та же проблема.
26. Сплю больше обычного.
27. Фантазирую о том, что все могло быть иначе.
28. Представляю себя героем книг или кино.
29. Пытаюсь решить проблему.
30. Хочу, чтобы люди оставили меня одного.
31. Принимаю помощь от друга или родственника.
32. Ищу успокоение у тех, кто знает меня лучше.
33. Пытаюсь тщательно планировать свои действия, а не действовать импульсивно.

Регистрационный бланк методики «Индикатор копинг-стратегии»

Ф.И.О. ______________________________ Дата ____________

Возраст __________________ Образование ________________

№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет	№ п/п	Да	Нет
1			12			23		
2			13			24		
3			14			25		
4			15			26		
5			16			27		
6			17			28		
7			18			29		
8			19			30		
9			20			31		
10			21			32		
11			22			33		

Ключ. *Шкала «разрешение проблем»* — ответы «да» по пунктам 2, 3, 8, 9, 11, 15, 16, 17, 20, 29, 30.

Шкала «поиск социальной поддержки» — ответы «да» по пунктам 1, 5, 7, 12, 14, 19, 23, 24, 25, 31, 32.

Шкала «избегание проблем» — ответы «да» по пунктам 4, 6, 10, 13, 18, 21, 22, 26, 27, 28, 30.

Оценка результатов. *Разрешение проблем*: 11–16 баллов — очень низкое; 17–21 балл — низкое; 22–30 баллов — среднее; 31 и выше — высокое. *Поиск социальной поддержки*: ниже 13 баллов — очень низкий; 14–18 баллов — низкий; 19–28 баллов — средний; 29 и более баллов — высокий. *Избегание проблем*: 11–15 баллов — очень низкое; 16–23 балла — низкое; 24–26 баллов — среднее; 27 и более баллов — высокое.

5. Методики выявления связей между индивидуальными особенностями и болезнями

Диагностика типов отношения к болезни (ТОБОЛ)

Методика ТОБОЛ предназначена для психологической диагностики типов отношения к болезни. При такой диагностике задействована типология отношений к болезни, предложенная А. Е. Личко и Н. Я. Ивановым (1980). Методика позволяет диагностировать следующие 12 типов отношения: 1) сенситивный; 2) тревожный; 3) ипохондрический; 4) меланхолический; 5) апатический; 6) неврастенический; 7) эгоцентрический; 8) паранойяльный; 9) анозогнозический; 10) дисфорический; 11) эргопатический; 12) гармоничный.

12 типов отношения к болезни объединены в три блока. При этом были выбраны два критерия:

- адаптивность—дезадаптивность, отражающий, как отношение к болезни влияет на адаптацию личности больного,
- интер-, интрапсихическая направленность дезадаптации (в случае дезадаптивного характера отношения).

Краткие клинико-психологические описания каждого из 12 типов отношения к болезни и три объединяющих их блоков приводятся ниже.

Содержание опросника. Методика ТОБОЛ, построенная в форме опросника, диагностирует тип отношения к болезни на основании информации о том, как больной относится к ряду жизненных проблем и ситуаций, потенциально наиболее для него значимых и непосредственно или опосредованно связанных с его заболеванием. Эти отношения больного изучались как 12 подсистем в общей системе отношений личности.

Данные подсистемы обусловливают структурирование содержания методики по 12 темам: отношение к болезни, к ее лечению, врачам и медперсоналу, родным и близким, окружающим, работе (учебе), одиночеству, будущему, а также самооценка самочувствия, настроения, сна и аппетита.

Опросник включает соответственно 12 таблиц-наборов утверждений («самочувствие», «настроение» и т. д.). Каждая в свою очередь содержит от 10 до 16 предлагаемых испытуемому утверждений, составленных на основе клинического опыта группы экспертов.

При работе с методикой больному предлагается выбрать два наиболее соответствующих ему утверждения по каждой теме. В таблицах содержится также по одному дополнительному предложению: «Ни одно из утверждений мне не подходит».

Подобная форма опросника лучше раскрывает систему отношений, чем работа с опросником, в котором используются ответы «да» или «нет», так как позволяет выявить наиболее значимые характеристики отношения к болезни.

Правила работы испытуемого с опросником. Испытуемому предлагается в каждой таблице-наборе выбрать два наиболее подходящих ему утверждения и обвести кружком номера сделанных выборов в регистрационном листе. Если больной не может выбрать два утверждения по какой-либо теме, он должен отметить последнее утверждение в соответствующей таблице-наборе. Время заполнения регистрационного листа не ограничено.

Исследование можно проводить одновременно с небольшой группой испытуемых при условии, что они не будут совещаться друг с другом.

Кроме того, в регистрационный лист заносятся данные о больном в соответствии с практическими и исследовательскими задачами, стоящими перед врачом и клиническим психологом, например: развернутый клинический диагноз и ведущий синдром, длительность заболевания, инвалидность, прогноз заболевания, изменение социального и семейного статуса в связи с заболеванием и др.

Протокол испытуемого может быть охарактеризован суммами диагностических коэффициентов, каждая из которых соответствует определенному типу отношения к болезни и может рассматриваться отдельной шкалой. В целом профиль из 12 психодиагностических шкал характеризует совокупность отдельных аспектов многомерного отношения больного к заболеванию и должен интерпретироваться по аналогии с другими психологическими методиками, например: *MMPI* и др.

Помимо развернутой характеристики системы отношений, связанных с заболеванием, важное значение имеет определение целостного типа реагирования на болезнь. Правило диагностики типа отношения к болезни основано на том, что большая величина какой-либо из шкал указывает на большую вероятность принадлежности больного типу, соответствующему этой шкале. Таким образом, тип отношения к заболеванию может определяться по наивысшему или наивысшим значениям шкал, на чем и основана разработка конкретного правила диагностики типа (или типов при их смешении) с учетом совокупности шкальных оценок.

Существо диагностического правила сводится к определению шкалы с максимальной оценкой и других шкал, оценки которых находятся в так называемой диагностической зоне, т. е. отстоят от максимальной не более чем на пороговый интервал. Если в этой зоне оказывается шкала, то диагностируется «чистый» тип, ей соответствующий; если 2 или 3 шкалы, то «смешанный», если более 3 — «диффузный». В названии смешанных типов указываются составляющие их шкалы.

Если в диагностическую зону попадает любая из 3 шкал — гармоничного, эргопатического или анозогнозического типов, — должна быть проведена дополнительная проверка. Поскольку все эти три типа отношения к болезни отличаются отсутствием явных нарушений адаптации, вызванной заболеванием, данная проверка заключается в поиске тех выбранных больным утверждений, которые указывают на выраженное проявление дезадаптации. Такие утверждения, противоречащие по смыслу каждому из трех рассматриваемых типов, отмечены в диагностическом коде знаком (*). Выбор испытуемым любого утверждения со знаком (*) как бы приравнивает шкальную оценку соответствующего типа 0 и тем самым отрицает окончательную диагностику этого типа как «чистого» или входящего в «смешанный».

Таково общее описание алгоритма диагностики типа отношения к болезни, который используется в методике ТОБОЛ.

Валидность разработанной методики обеспечивается тем, что она построена как модель диагностической деятельности психологов и врачей и, следовательно, определяется высоким уровнем валидности клинико-психологической диагностики экспертов, обладающих высоким уровнем квалификации. Валидность усовершенствованного варианта методики повысилась по сравнению с первоначальным, поскольку к работе была привлечена новая группа экспертов, которые уточняли диагностические оценки методики, используя обобщенный опыт первой экспертной группы.

Новый усовершенствованный вариант методики для исследования типов отношений к болезни позволяет увеличить точность их диагностики и может быть использован в работе практических психологов, психоневрологов, врачей-интернистов.

Правила анализа данных опросника

Получение шкальных оценок и их профиля

1. При анализе используется бланк «Результаты обследования».

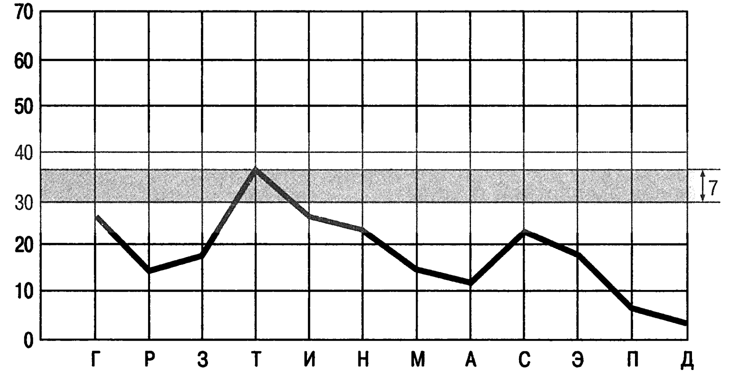
2. По таблице кода для каждого отмеченного в регистрационном листе утверждения определяются диагностические коэффициенты, которые заносятся в бланк «Результаты обследования».
3. Диагностические коэффициенты в каждом из столбцов, соответствующих 12 шкалам типов отношения к болезни, суммируются, значения 12 шкальных оценок заносятся в графу, обозначенную «сумма».
4. Графически величины шкальных оценок изображают в виде профиля на бланке «Результаты обследования», где по горизонтали отмечены буквенные символы 12 шкал, а по вертикали — числовые значения шкальных оценок.

Числовое выражение правила диагностики типа отношения к болезни

5. Если среди утверждений, выбранных испытуемым, встречается хотя бы одно, указанное в коде знаком (*), то шкальная величина соответствующего этому знаку типа отношения к болезни (гармоничный, эргопатический, анозогнозический) приравнивается к 0 и такой тип не диагностируется.
6. Для диагностики типа находят шкалу (или шкалы) с максимальным значением суммы диагностических коэффициентов и определяют, есть ли в профиле такие шкалы, которые находятся в пределах диагностической зоны и оценки которых отставлены от максимальной в пределах 7 баллов. Если шкала с максимальной оценкой является единственной и нет каких-либо других, оценки которых отличаются от максимальной не более чем на 7 баллов, то диагностируют только тип, соответствующий этой шкале.
7. Если в диагностический интервал, равный 7 баллам, помимо шкалы с максимальной оценкой попадают еще одна или две шкалы, то диагностируют смешанный тип, который обозначают соответственно названиям составляющих его шкал.
8. При смешанном типе, если в диагностическую зону наряду с другими шкалами попадает шкала гармоничного типа, последний исключается из рассмотрения как составляющий. Таким образом, гармоничный тип диагностируют только как «чистый», т. е. только в том случае, когда данная шкала имеет максимальную оценку и нет других шкал, которые попадают в диагностический интервал.
9. Если в диагностический интервал, равный 7 баллам, попадает более трех шкал, то диагностируют диффузный тип.

Графическое выражение правила диагностики типа отношения к болезни

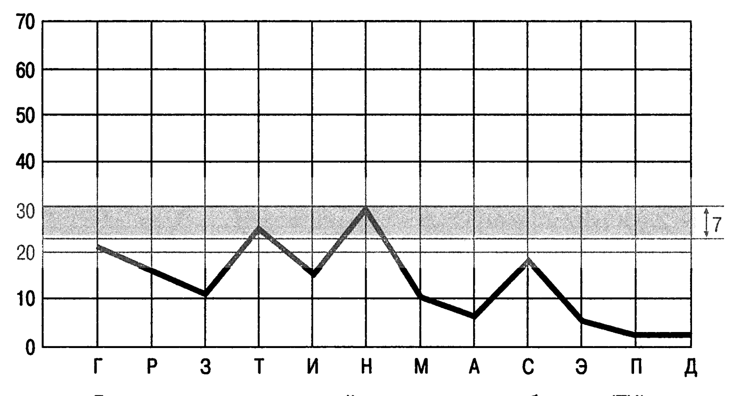
10. Если среди утверждений, выбранных испытуемым, встречается хотя бы одно, указанное в коде знаком (*), при диагностике типа отношения к болезни необходимо использовать дополнительный профиль, отражающий скорректированные в соот-



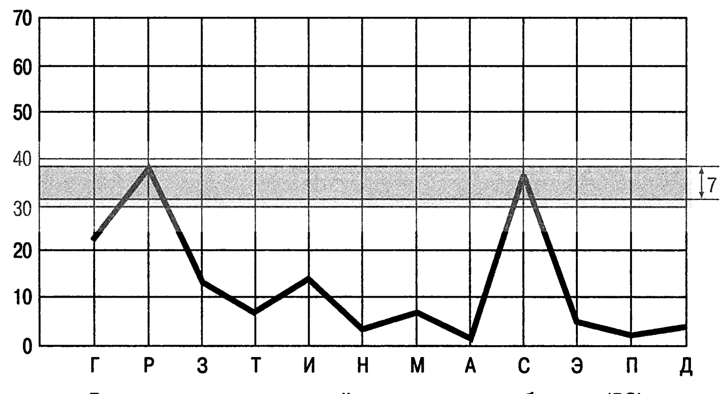
Диагностируется тревожный тип отношения к болезни (Т)

ветствии с пунктом 5 шкальные оценки гармоничного, эргопатического, анозогнозического типов.

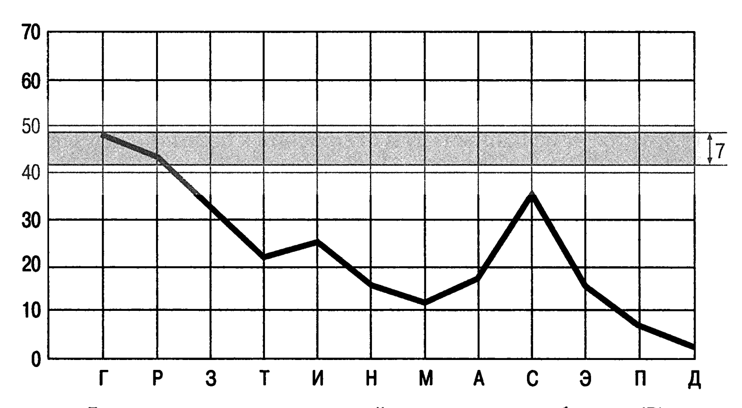
11. Графически правило диагностики сводится к тому, что на профиле выделяют максимальный пик и проводят горизонталь ниже его вершины на 7 баллов. Если эта горизонталь не пересекает ни один из других пиков профиля, то ставят диагноз «чистого» типа.



Диагностируется смешанный тип отношения к болезни (ТН)

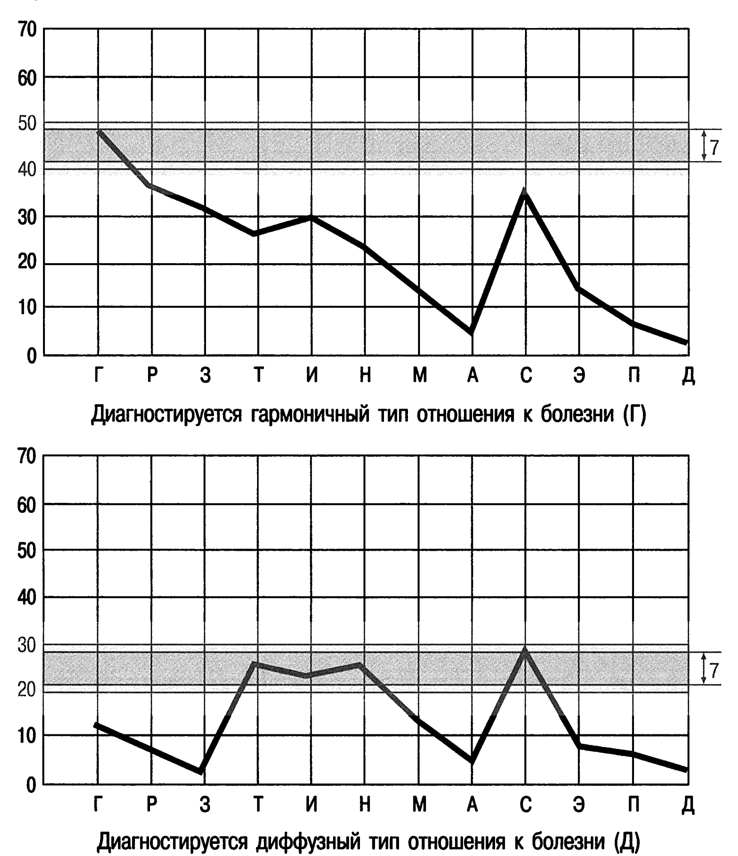


Диагностируется смешанный тип отношения к болезни (РС)



Диагностируется эргопатический тип отношения к болезни (Р)

12. Если горизонталь, помимо максимального пика, пересекает или касается одного или двух пиков профиля, ставят диагноз смешанного типа.
Гармоничный тип, согласно пункту 8, не входит в смешанный.
13. Если горизонталь пересекает или касается более трех пиков профиля, диагностируют диффузный тип.



Диагностируется гармоничный тип отношения к болезни (Г)

Диагностируется диффузный тип отношения к болезни (Д)

Интерпретация результатов диагностики с помощью опросника ТОБОЛ

I. Интерпретация диагностированного типа отношения к болезни. Если диагностируется «чистый» тип отношения к болезни, для раскрытия его психологического содержания используется клинико-психологическое описание соответствующего 13 типа, которое представлено в разделе «Классификация типов отношения к болезни».

Если диагностируется «смешанный» тип отношения к болезни, интерпретация состоит из описания типов, его составляющих, которые приведены в указанной классификации. Целесообразно обращать внимание на характер соотношения между составляющими смешанного типа, который может быть как согласованным (например, неврастенический-дисфорический), так и противоречивым (например, ипохондрический-анозогнозический).

При интерпретации типа реагирования на болезнь следует учитывать содержание выбранных больным утверждений, являющихся «зачетными» по отношению к диагностируемому типу, а также распределение таковых по темам опросника («самочувствие», «отношение к лечению», «отношение к работе» и т. п.).

Дополнительно к раскрытию содержания выбранных испытуемым утверждений, относящихся к диагностируемому типу, необходимо обращать внимание на всю совокупность

шкальных оценок, отражающих многомерность отношения к болезни и информация о которых наглядно представлена в профиле шкальных оценок.

II. Интерпретация профиля шкальных оценок. При интерпретации профиля следует обращать внимание на соотношение шкальных оценок в трех областях, соответствующих трем блокам типов отношения к болезни:

- типы без выраженных нарушений психической и социальной адаптации;
- типы с наличием психической дезадаптации, связанной преимущественно с интрапсихической направленностью реагирования на болезнь;
- типы с наличием психической дезадаптации, связанной преимущественно с интерпсихической направленностью реагирования на болезнь (см. раздел «Классификация типов отношения к болезни»).

Может быть выделен блок (или блоки) с большими оценками входящих в него шкал по сравнению с другими блоками. Это означает, что в личностном реагировании на болезнь доминирует направленность, соответствующая шкалам данного блока.

Если пики шкальных оценок расположены в области одного первого блока, можно сделать вывод, что отношение к болезни у человека характеризуется стремлением преодолеть заболевание, неприятием «роли» больного, сохранением ценностной структуры и активного социального функционирования и отсутствием отчетливых проявлений психической и социальной дезадаптации.

Если пики шкальных оценок расположены в области второго или третьего блоков, то отношение к болезни у больного с таким профилем шкальных оценок представляет преимущественно дезадаптивное — соответственно с интерпсихической или интрапсихической направленностью.

Следует особо обращать внимание на величину неоткорректированных шкал первого блока (гармоничный, эргопатический и анозогнозический типы). Если в целом диагностируются типы второго или третьего блоков при высоких показателях по шкалам первого, это может свидетельствовать, что, несмотря на явления психической дезадаптации, больной в своем поведении в существенной степени руководствуется стремлением сохранить ценностную структуру и активное социальное функционирование.

Кроме того, следует обратить внимание на распределение шкальных оценок внутри каждого блока (при этом необходимо рассматривать неоткорректированные оценки шкал первого блока). Такой содержательный анализ позволяет более дифференцированно описать многомерное отношение к болезни, рассматривая его под углом внутриблоковой направленности.

Дополнительную содержательную информацию, помогающую понять своеобразие отношения человека к болезни, возможно получить при анализе распределения зачетных ответов для шкал по 12 отдельным темам опросника или по группам тем, которые могут быть составлены психологом в соответствии с задачами исследования. Например, можно объединить темы, связанные с социальным функционированием («Отношение к родным и близким», «Отношение к работе» «Отношение к окружающим»).

Используя предлагаемый опросник, следует учитывать получаемые с его помощью данные в контексте результатов, добываемых с помощью других экспериментально-психологических методик (опросников, проективных методов и др.).

Текст опросника ТОБОЛ

I. Самочувствие

1. С тех пор как я заболел, у меня почти всегда плохое самочувствие ______________
2. Я почти всегда чувствую себя бодрым и полным сил ______________
3. Дурное самочувствие я стараюсь перебороть ______________
4. Плохое самочувствие я стараюсь не показывать другим ______________

5. У меня почти всегда что-нибудь болит ______________
6. Плохое самочувствие у меня возникает после огорчений ______________
7. Плохое самочувствие появляется у меня от ожидания неприятностей ______________
8. Я стараюсь терпеливо переносить боль и физические страдания ______________
9. Мое самочувствие вполне удовлетворительно ______________
10. С тех пор как я заболел, у меня бывает плохое самочувствие с приступами раздражительности и чувством тоски ______________
11. Мое самочувствие очень зависит от того, как ко мне относятся окружающие ______________
12. Ни одно из определений мне не подходит ______________

II. Настроение

1. Как правило, настроение у меня очень хорошее ______________
2. Из-за болезни я часто бываю нетерпеливым и раздражительным ______________
3. У меня настроение портится от ожидания возможных неприятностей, беспокойства за близких, неуверенности в будущем ______________
4. Я не позволяю себе из-за болезни предаваться унынию и грусти ______________
5. Из-за болезни у меня почти всегда плохое настроение ______________
6. Мое плохое настроение зависит от плохого самочувствия ______________
7. У меня стало совершенно безразличное настроение ______________
8. У меня бывают приступы мрачной раздражительности, во время которых достается окружающим ______________
9. У меня не бывает уныния и грусти, но может быть ожесточенность и гнев ______________
10. Малейшие неприятности сильно огорчают меня ______________
11. Из-за болезни у меня все время тревожное настроение ______________
12. Ни одно из определений мне не подходит ______________

III. Сон и пробуждение ото сна

1. Проснувшись, я сразу заставляю себя встать ______________
2. Утро для меня — самое тяжелое время суток ______________
3. Если меня что-то расстроит, я долго не могу уснуть ______________
4. Я плохо сплю ночью и чувствую сонливость днем ______________
5. Я сплю мало, но встаю бодрым. Сны вижу редко ______________
6. С утра я более активен и мне легче работать, чем вечером ______________
7. У меня плохой и беспокойный сон и часто бывают мучительно-тоскливые сновидения ______________
8. Утром я встаю бодрым и энергичным ______________
9. Я просыпаюсь с мыслью о том, что сегодня надо будет сделать ______________
10. По ночам у меня бывают приступы страха ______________
11. С утра я чувствую полное безразличие ко всему ______________
12. По ночам меня особенно преследуют мысли о своей болезни ______________
13. Во сне мне видятся всякие болезни ______________
14. Ни одно из определений мне не подходит ______________

IV. Аппетит и отношение к еде

1. Нередко я стесняюсь есть при посторонних людях ______________
2. У меня хороший аппетит ______________
3. У меня плохой аппетит ______________
4. Я люблю сытно поесть ______________
5. Я ем с удовольствием и не люблю ограничивать себя в еде ______________
6. Мне легко можно испортить аппетит ______________

7. Я боюсь испорченной пищи и всегда тщательно проверяю ее доброкачественность ______________
8. Еда меня интересует прежде всего как средство поддержать здоровье ___________
9. Я стараюсь придерживаться диеты, которую сам разработал _________________
10. Еда не доставляет мне никакого удовольствия ______________
11. Ни одно из определений мне не подходит ______________

V. Отношение к болезни

1. Моя болезнь меня пугает ______________
2. Я так устал от болезни, что мне безразлично, что со мной будет ______________
3. Стараюсь не думать о своей болезни и жить беззаботной жизнью _____________
4. Моя болезнь больше всего угнетает меня тем, что люди стали сторониться меня ____ _________
5. Без конца думаю о всех возможных осложнениях, связанных с болезнью _________
6. Я думаю, что моя болезнь неизлечима и ничего хорошего меня не ждет __________
7. Считаю, что моя болезнь запущена из-за невнимания и неумения врачей _________
8. Считаю, что опасность моей болезни врачи преувеличивают ______________
9. Стараюсь перебороть болезнь, работать как прежде и даже еще больше ________
10. Я чувствую, что моя болезнь гораздо тяжелее, чем это могут определить врачи _____
11. Я здоров, и болезни меня не беспокоят ______________
12. Моя болезнь протекает совершенно необычно, не так, как у других, и поэтому требует особого внимания ______________
13. Моя болезнь меня раздражает, делает нетерпеливым, вспыльчивым ___________
14. Я знаю, по чьей вине я заболел, и не прощу этого никогда _________________
15. Я всеми силами стараюсь не поддаваться болезни ______________
16. Ни одно из определений мне не подходит ______________

VI. Отношение к лечению

1. Избегаю всякого лечения, надеюсь, что организм сам переборет болезнь, если о ней поменьше думать _______________
2. Меня пугают трудности и опасности, связанные с предстоящим лечением ________
3. Я был бы готов на самое мучительное и даже опасное лечение, только бы избавиться от болезни ______________
4. Я не верю в успех лечения и считаю его напрасным ______________
5. Я ищу новые способы лечения, но, к сожалению, во всех них постоянно разочаровываюсь ______________
6. Считаю, что мне назначают много ненужных лекарств и процедур, уговаривают меня на никчемную операцию ______________
7. Всякие новые лекарства, процедуры и операции вызывают у меня бесконечные мысли об осложнениях и опасностях, с ними связанных ______________
8. Лекарства и процедуры нередко оказывают на меня такое необычное действие, что это изумляет врачей ______________
9. Считаю, что среди применяющихся способов лечения есть настолько вредные, что их следовало бы запретить ______________
10. Считаю, что меня лечат неправильно ______________
11. Я ни в каком лечении не нуждаюсь ______________
12. Мне надоело бесконечное лечение, хочу, чтобы меня только оставили в покое _____
13. Я избегаю говорить о лечении с другими людьми ______________
14. Меня раздражает и озлобляет, когда лечение не дает улучшения _______________
15. Ни одно из определений мне не подходит ______________

VII. Отношение к врачам и медперсоналу

1. Главным во всяком медицинском работнике я считаю внимание к больному ______
2. Я хотел бы лечиться у такого врача, у которого большая известность ________
3. Считаю, что я заболел прежде всего по вине врачей ____________
4. Мне кажется, что врачи мало что понимают в моей болезни и только делают вид, что лечат ____________
5. Мне все равно, кто и как меня лечит ____________
6. Я часто беспокоюсь о том, что не сказал врачу нечто важное, способное повлиять на успех лечения ____________
7. Врачи и медперсонал нередко вызывают у меня неприязнь ____________
8. Я обращаюсь то к одному, то к другому врачу, так как не уверен в успехе лечения ______________
9. С большим уважением я отношусь к медицинской профессии ______________
10. Я не раз убеждался, что врачи и персонал невнимательны и недобросовестно исполняют свои обязанности ____________
11. Я бываю нетерпеливым и раздражительным с врачами и медперсоналом и потом сожалею об этом ____________
12. Я здоров и в помощи врачей не нуждаюсь____________
13. Считаю, что врачи и медперсонал попусту тратят на меня время ______________
14. Ни одно из определений мне не подходит ____________

VIII. Отношение к родным и близким

1. Я настолько поглощен мыслями о моей болезни, что дела близких перестали волновать меня ____________
2. Я стараюсь родным и близким не показывать виду, что я болен, чтобы не омрачать им настроения ____________
3. Близкие напрасно хотят сделать из меня тяжелобольного ________________
4. Меня одолевают мысли, что из-за моей болезни моих близких ждут трудности и невзгоды ____________
5. Мои родные не хотят понять тяжесть моей болезни и не сочувствуют моим страданиям ____________
6. Близкие не считаются с моей болезнью и хотят жить в свое удовольствие ________
7. Я стесняюсь своей болезни даже перед близкими ____________
8. Из-за болезни я утратил всякий интерес к делам и волнениям близких и родных ________________
9. Из-за болезни я стал в тягость близким ____________
10. Здоровый вид и беззаботная жизнь близких вызывает у меня неприязнь ________
11. Я считаю, что заболел из-за моих родных ____________
12. Я стараюсь поменьше доставлять тягот и забот моим близким из-за своей болезни ____________
13. Ни одно из определений мне не подходит ____________

IX. Отношение к работе (учебе)

1. Болезнь делает меня никуда негодным работником (неспособным учиться) ______
2. Я боюсь, что из-за болезни я лишусь хорошей работы (придется уйти из хорошего учебного заведения) ____________
3. Моя работа (учеба) стала для меня совершенно безразличной ______________
4. Из-за болезни мне теперь стало не до работы (не до учебы) ______________
5. Все время беспокоюсь, что из-за болезни могу допустить оплошность на работе (не справиться с учебой) ____________

6. Считаю, что заболел из-за того, что работа (учеба) причинила вред моему здоровью ____________
7. На работе (по месту учебы) совершенно не считаются с моей болезнью и даже придираются ко мне ____________
8. Не считаю, что болезнь может помешать моей работе (учебе) ____________
9. Я стараюсь, чтобы на работе (по месту учебы) поменьше знали и говорили о моей болезни ____________
10. Я считаю, что, несмотря на болезнь, надо продолжать работу (учебу) ____________
11. Болезнь сделала меня неусидчивым и нетерпеливым на работе (в учебе) ____________
12. На работе (за учебой) я стараюсь забыть о своей болезни ____________
13. Все удивляются и восхищаются тем, как я, несмотря на болезнь, успешно работаю (учусь) ____________
14. Мое здоровье не мешает мне работать (учиться) там, где я хочу ____________
15. Ни одно из определений мне не подходит ____________

X. Отношение к окружающим

1. Мне теперь все равно, кто меня окружает и кто около меня ____________
2. Мне хочется, чтобы окружающие только оставили меня в покое ____________
3. Здоровый вид и жизнерадостность окружающих вызывают у меня раздражение ____________
4. Я стараюсь, чтобы окружающие не замечали моей болезни ____________
5. Мое здоровье не мешает мне общаться с окружающими, сколько мне хочется ____________
6. Мне бы хотелось, чтобы окружающие на себе испытали, как тяжело болеть ____________
7. Мне кажется, что окружающие сторонятся меня из-за моей болезни ____________
8. Окружающие не понимают моей болезни и моих страданий ____________
9. Моя болезнь и то, как я ее переношу, удивляет и поражает окружающих ____________
10. С окружающими я стараюсь не говорить о своей болезни ____________
11. Мое окружение довело меня до болезни, и я этого не прощу ____________
12. Общение с людьми теперь стало мне быстро надоедать и даже раздражать меня ____________
13. Моя болезнь не мешает мне иметь друзей ____________
14. Ни одно из определений мне не подходит ____________

XI. Отношение к одиночеству

1. Предпочитаю одиночество, потому что одному мне становится лучше ____________
2. Я чувствую, что болезнь обрекает меня на полное одиночество ____________
3. В одиночестве я стремлюсь найти какую-нибудь интересную или нужную работу ____________
4. В одиночестве меня начинают особенно преследовать нерадостные мысли о болезни, осложнениях, предстоящих страданиях ____________
5. Часто, оставшись наедине, я скорее успокаиваюсь: люди стали меня сильно раздражать ____________
6. Стесняясь болезни, я стараюсь отдалиться от людей, а в одиночестве скучаю по людям ____________
7. Избегаю одиночества, чтобы не думать о своей болезни ____________
8. Мне стало все равно — быть среди людей или оставаться в одиночестве ____________
9. Мое желание побыть одному зависит от обстоятельств и настроения ____________
10. Я боюсь оставаться в одиночестве из-за опасений, связанных с болезнью ____________
11. Ни одно из определений мне не подходит ____________

XII. Отношение к будущему

1. Болезнь делает мое будущее печальным и унылым ______________
2. Мое здоровье пока не дает никаких оснований беспокоиться за будущее __________
3. Я всегда надеюсь на счастливое будущее, даже в самых отчаянных положениях ____ ______________
4. Аккуратным лечением и соблюдением режима я надеюсь добиться улучшения здоровья в будущем ______________
5. Не считаю, что болезнь может существенно отразиться на моем будущем _________
6. Свое будущее я целиком связываю с успехом в моей работе (учебе) _____________
7. Мне стало безразлично, что станет со мной в будущем _______________________
8. Из-за моей болезни я в постоянной тревоге за свое будущее __________________
9. Я уверен, что в будущем вскроются ошибки и халатность тех, из-за кого я заболел ______________
10. Когда я думаю о своем будущем, меня охватывают тоска и раздражение на других людей ______________
11. Из-за болезни я очень тревожусь за свое будущее ______________
12. Ни одно из определений мне не подходит ______________

Регистрационный лист к опроснику ТОБОЛ

Санкт-Петербургский научно-исследовательский
психоневрологический институт им. В. М. Бехтерева
Лаборатория клинической психологии

ФИО ______________ Возраст ______________

Пол М/Ж (ненужное зачеркнуть)

В графе «Номера выбранных ответов» обведите кружком те номера утверждений из таблиц, которые наиболее Вам подходят. На каждую тему разрешается сделать два выбора.

Темы		Номера выбранных утверждений
I	Самочувствие	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
II	Настроение	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12
III	Сон и пробуждение ото сна	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14
IV	Аппетит и отношение к еде	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
V	Отношение к болезни	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15, 16
VI	Отношение к лечению	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15
VII	Отношение к врачам и медперсоналу	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14
VIII	Отношение к родным и близким	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13
IX	Отношение к работе (учебе)	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14, 15
X	Отношение к окружающим	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12, 13, 14
XI	Отношение к одиночеству	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11
XII	Отношение к будущему	1, 2, 3, 4, 5, 6, 7, 8, 9, 10, 11, 12

Диагностический код опросника ТОБОЛ

I тема	Г	Р	З	Т	И	Н	М	А	С	Э	П	Д
1				4	5	3	4	3		3	3	
2			4									
3	4	5										
4	4	4							4			
5			А		5							
6						4						
7				4								
8	4	4										
9			4									
10						4					3	5
11									4	4	3	
12								3				
III тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1	3	4										
2							4					3
3						4			4	3	3	
4						4		3				
5			3									
6	2											
7				4		4	4			3	3	3
8			4									
9		5										
10				4								
11							4	4				
12				4	4							
13					4							
V тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1			*	4								
2		*					4	5				

Продолжение табл.

3			5									
4									5			
5	*		*	5								
6			*		4		5	3				
7										4	4	4
8			5									
9		5										
10			*	4	5		4			4		
11			5									
12										5		
13						5						4
14											5	4
15	5	5										
II тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1			4									
2						5						4
3				4					4			
4	4	4	4									
5			*		4		5			3		
6	2				4	4				3		
7		*						5				
8												5
9	*										3	4
10						4			4			
11	*			5								
IV тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1									4			
2			3									
3					3	3	4	3		3		
4			3									

5			3									
6				3		3			3	3		3
7				3							5	
8		3			3			3				
9					4						4	
10							4	4				
VI тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1	*	3	5									
2				4		3			3			
3		3			4							
4	*						4	4				
5		*		3	4					4		
6								4			4	3
7	*	*		4								
8										4		
9											5	
10											5	4
11	*		5									
12		2					4	4				
13	3								4			
14						4						5
VII тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1	3	2			4				4	5		
2										5		
3											5	
4	*				4		3				4	4
5								5				
6			*	5					4			
7												4
8		*		4	4							
9	3	2							3			

Продолжение табл.

10											4	4
11						5						
12			5									
13	*		5				4	4				
IX тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1			*				4	3				
2				4					4			
3	*	*					4	5				
4	*		*		4		4	3				
5				4					4			
6											4	4
7		*			4					4	4	4
8		5	4									
9	4								5			
10	4	5										
11						4						
12	4	4										
13			3									
14			4									
XI тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1	*		*					4	3		3	
2							4			3		
3	4	4										
4			*	4	4		4					
5						4					3	4
6									5			
7	3	3										
8	*							4				
9	3		2			3					2	
10			*	4	4					3		

VIII тема	Г	Р	З	Т	И	Н	М	А	С	Э	П	Д
1	*		*		4		4					
2	4	4							4			
3		3	4									
4				4								
5			*		4					5		
6						3				5	3	4
7									5			
8	*						4	4				
9							5		4			
10						3						4
11											4	
12	4	3										
X тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1	*						3	5				
2						3	4	4				
3	*					3						4
4	4	4							4			
5		4	4									
6	*		*		4					4	4	4
7				3					5			
8			*	2	4					4		
9										4		
10	4	4							4			
11											5	
12												4
13			4									
XII тема	**Г**	**Р**	**З**	**Т**	**И**	**Н**	**М**	**А**	**С**	**Э**	**П**	**Д**
1			*		4		5	3				
2			5									
3	3		4									

Окончание табл.

4	4											
5			4									
6		5										
7	*						4	5				
8			*	5	4	3			3			
9											5	4
10	*					3				4		4
11			*	5		3			4	3		

Результаты обследования

Шкалы (Темы)	Г	Р	З	Т	И	Н	М	А	С	Э	П	Д
I												
II												
III												
IV												
V												
VI												
VII												
VIII												
IX												
X												
XI												
XII												
Сумма												

Опросник для выявления людей типа А

Источник: *Шульц Д., Шульц С.* Психология и работа. СПб.: Питер, 2003. С. 441.

Текст опросника

Можно ли сказать, что Вы:

1. Всегда все делаете очень быстро?
2. Проявляете нетерпение, потому что Вам кажется, что все делается слишком медленно?
3. Всегда думаете одновременно о двух или более вещах или стараетесь делать одновременно несколько дел?

4. Испытываете чувство вины, когда уходите в отпуск или позволяете себе расслабиться на несколько часов?
5. Всегда стараетесь «втиснуть» в свое расписание больше дел, чем можете надлежащим образом выполнить?
6. Нервно жестикулируете, чтобы подчеркнуть то, о чем говорите, например сжимаете кулаки или сопровождаете свои слова ударами по столу?
7. Стабильно оцениваете свою значимость (достигнутые успехи) с помощью цифр (сколько раз Вы добились успеха в своей деятельности)?
8. Не замечаете интересных событий и красивых вещей?

Результаты. Чем больше дается положительных ответов на эти вопросы, тем более выражен тип А.

Регистрационный лист

по личностному опроснику института им. В. М. Бехтерева

Фамилия, имя, отчество ________________ Возраст ____ Пол М Ж (ненужное зачеркнуть)

В графе «Номера выбранных ответов» обведите кружком те номера ответов из таблиц, которые наиболее для Вас подходят. На каждую тему разрешается делать от одного до трех выборов.

	Номера выбранных ответов
Самочувствие	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 0
Настроение	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 0
Сон и пробуждение ото сна	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 16 0
Аппетит и отношение к еде	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 0
Отношение к болезни	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 0
Отношение к лечению	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 0
Отношение к врачам и медперсоналу	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 0
Отношение к родным и близким	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 0
Отношение к работе (учебе)	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 0
Отношение к окружающим	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 12 13 14 15 0
Отношение к одиночеству	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 0
Отношение к будущему	1 2 3 4 5 6 7 8 9 10 11 0

Клинический диагноз ________________

____

Длительность заболевания (лет) ________ Инвалидность – нет, группа ________

В связи с болезнью пришлось ли оставить или изменить работу (учебу) – да, нет

В связи с болезнью изменилось ли семейное положение – да, нет.

В связи с болезнью ухудшилось ли материальное положение – да, нет.

Объективный прогноз заболевания ________________

____

Тип отношения к болезни по оценке лечащего врача ________________

____

Название лечебного учреждения ________________

Дата исследования ________________

6. Методики изучения индивидуальных особенностей волевой сферы

Опросник для самооценки терпеливости (Е. П. Ильин, Е. К. Фещенко)

Инструкция. Ответьте, согласны ли Вы с предложенными Вам утверждениями. Если согласны, то рядом поставьте знак «+», если не согласны — знак «–».

Текст опросника

1. Если я устаю при выполнении трудной работы, то сразу ее бросаю.
2. У меня не хватает терпения дочитать до конца скучный рассказ.
3. Я очень не люблю стоять в длинных очередях и часто ухожу из них, не достояв до конца.
4. Я могу долго терпеть боль, например когда болит зуб.
5. Обычно я могу долго переносить жажду.
6. Я бы не выдержал длительной голодовки, например чтобы похудеть, вылечиться от болезни.
7. Когда на уроке физкультуры я устаю, то быстро перестаю выполнять упражнения.
8. Я редко бросаю скучную работу, не доведя ее до конца.
9. Обычно мне трудно заставить себя работать «через не могу».
10. Я не бросаю работу на половине пути, несмотря на усталость.
11. Мне нравится такая физическая работа, в которой я должен пересилить себя, чтобы выполнить задание.
12. Я с уверенностью могу сказать, что я терпеливый.
13. Несмотря на усталость, я стараюсь изо всех сил поддержать при беге высокий темп.
14. Меня раздражает, когда на остановке приходится долго ждать транспорт, даже когда я не тороплюсь.
15. Я нетерпелив к боли.
16. Я не хочу считать себя слабовольным, поэтому каждый раз стараюсь довести тяжелую физическую работу до конца.
17. Я действую по принципу: «Взялся за гуж, не говори, что не дюж».
18. Я не считаю, что «терпение и труд все перетрут»; работать надо с умом, а не переутомляться.

Ключ. По 1 баллу начисляется за ответы «да» по позициям 4, 5, 8, 10, 11, 12, 13, 16, 17 и за ответы «нет» по позициям 1, 2, 3, 6, 7, 9, 14, 15, 18.

Подсчитывается общая сумма баллов. Оценка терпеливости низкая, если отвечавший набирает до 6 баллов включительно, и высокая, если 12 баллов и больше.

Методики экспериментального изучения упорства

Все экспериментальные методики, выявляющие упорство человека, основаны на рассмотрении интеллектуальных волевых усилий. К таким методикам предъявляются определен-

ные требования, суть которых заключается в следующем: нужно создать ситуации, предполагающие проявления данных усилий, напряжения, одновременно исключая влияния умений испытуемых на успешность деятельности. Подобная ситуация возникает при использовании различных вариантов методики «Неразрешимая задача».

Методика «Неразрешимая задача»

Смысл методики состоит в том, что испытуемому предлагается решить задачу, которая нерешаема, но об этом испытуемый не знает. Можно использовать различные варианты методики: кубики Кооса, кубики с картинками (для детей), игра «в пятнадцать», «перепутанные линии» или прохождение сложного лабиринта, в котором нет выхода.

Опишем для примера вариант с составлением картинки, фигуры, предмета из кубиков (Н. И. Александрова, Т. И. Шульга, 1987).

Инструкция для детей младшего школьного возраста. Экспериментатор предлагает ребенку поиграть в кубики. «Хочешь поиграть в кубики? Давай поиграем так: я тебе показываю картинку, а ты мне ее должен быстро собрать. Время я засекаю по секундомеру. Садись удобно. Посмотри на эту картинку. Теперь собирай ее». Экспериментатор кладет решаемую картинку на стол перед ребенком, включает секундомер. После выполнения ребенком задания секундомер выключается и экспериментатор хвалит ребенка: «Молодец, быстро собрал». Затем предлагает собрать вторую (нерешаемую) картинку и тоже засекает время от начала собирания до отказа ребенка выполнять задание.

С учащимися среднего и старшего возраста можно использовать поиск на географической карте города, которого не существует вообще, придумав ему название, сходное по созвучию фонем с названиями городов, имеющихся на карте.

Инструкция для учащихся среднего и старшего возраста. «Ребята, вам предстоит выполнить задание, которое требует сосредоточенности внимания, умения работать не отвлекаясь. В процессе работы не разрешается переговариваться, подсматривать работу других, черкать на карте, комментировать свою работу и товарища. У вас на листке написано название города, который нужно отыскать на карте, лежащей перед вами. Поставьте время начала поиска города и ищите его».

Фиксируется время поиска от его начала до отказа от задания.

В методиках «Кубики» и «Игра в пятнадцать» фиксируется время решения нерешаемой задачи и количество предпринятых попыток выполнить задание.

Проверка использованных тестов «Кубики» и «Карты» на надежность (обследование через год тех же учащихся) показала высокие корреляции (r = 0,79–0,91) с результатами первого тестирования.

Методика Н. В. Витт

Инструкция. Перед Вами три группы разрозненных слов. Из каждой группы следует составить по одному предложению на общественно-политическую тематику. Допускается перестановка слов в произвольном порядке, возможны грамматические изменения, но только в пределах заданных частей речи. Время выполнения каждого задания регистрируется, степень трудности задания постепенно возрастает. Трудность первого и второго задания практически одинакова, третье не имеет решения.

Набор 1

1. Вызвать	7. В	13. Принять
2. Италия	8. Цели	14. В
3. Приступ	9. Круги	15. Польше

4. Обстановка	10. Польские	16. В
5. Меры	11. Нормализация	17. Власти
6. Злоба	12. Правые	

Набор 2

1. Страна	7. Единство	13. Вызванный
2. Империализм	8. Обострение	14. Приобретать
3. Условия	9. Значение	15. Социалистический
4. Прежде	10. Обстановка	16. Большой
5. В	11. Весь	17. Политика
6. Американский	12. Действия	18. Международный

Набор 3

1. Страна	7. Мирные	13. Наладить
2. Оценка	8. Действия	14. Эксперты
3. Возрастать	9. Рассмотреть	15. Напряжение
4. Представители	10. Сообщение	16. Помогать
5. В	11. Арабские	17. Персонал
6. т. е.	12. Из	

Анализ результатов. Показателем упорства служит отношение времени решения третьей задачи (T_3) к среднему времени решения первых двух задач (T_1 и T_2):

$$Y = \frac{T_3}{(T_1 \quad T_2)/2}.$$

Шкала оценок.

- Н = 3 — высокий уровень упорства;
- Н = 2 — средний уровень упорства;
- Н = 1 — низкий уровень упорства.

Ключ для набора 1. Меры, принятые польскими властями в целях нормализации обстановки в Польше, вызвали приступ злобы в правых кругах.

Ключ для набора 2. В условиях обострения международной обстановки, вызванной политикой империализма, прежде всего американского, большое значение приобретает единство действий социалистических стран.

Опросник для самооценки упорства (Е. П. Ильин, Е. К. Фещенко)

Инструкция. Вам предлагаются ряд ситуаций. Представьте себя в них и оцените, насколько они для Вас характерны. Если Вы согласны с утверждением, поставьте знак «+», если не согласны — «–».

Текст опросника

1. Если это необходимо, я до конца выполняю даже скучную, однообразную работу.
2. Обычно я работаю до тех пор, пока есть желание.
3. Мне нравится решать трудные задачи, головоломки, все то, что называют «трудным орешком».
4. Даже если в работе не все получается, стараюсь продолжать начатое дело.
5. Я много раз пытался планировать свой день, но не смог выполнить намеченного.
6. По возможности я избегаю трудной работы.
7. Если у меня что-то не получается, я делаю это еще и еще раз.
8. Установив распорядок дня, я тщательно его соблюдаю, даже когда мне этого не хочется.
9. При затруднении я часто начинаю сомневаться, стоит ли продолжать начатую работу.
10. Если мне кто-то не позволяет сделать то, что я хочу, я все равно стараюсь выполнить задуманное.
11. Когда что-то не ладится, я нетерпелив и готов послать все к черту.
12. Когда я играю в шахматы или другую игру, то сопротивляюсь до последней возможности.
13. В споре я чаще всего не стараюсь переубедить других.
14. Всегда стараюсь до конца выполнить порученное мне дело, несмотря на возникающие трудности.
15. Я всегда отстаиваю свое мнение, если уверен, что прав.
16. При решении трудной задачи я стараюсь сам разобраться в ней, а не надеюсь на помощь других.
17. В споре я обычно тушуюсь перед напором оппонента.
18. Когда я уверен, что стою на правильном пути, для доказательства своей правоты я могу работать сколько угодно, даже если мне будут мешать.

Ключ. Для определения степени упорства начисляется по 1 баллу за ответы «да» по позициям 1, 3, 4, 7, 8, 10, 12, 14, 15, 16, 18 и за ответы «нет» по позициям 2, 5, 6. 9, 11, 13, 17.

Чем больше баллов наберет обследуемый, тем выше степень его упорства.

Опросник для самооценки настойчивости (Е. П. Ильин, Е. К. Фещенко)

Текст опросника

1. Я уже определил свою цель на будущее и готовлюсь к ее достижению.
2. Я систематически стремлюсь к намеченной цели, какой бы далекой она ни была.
3. У меня обычно пропадает желание добиваться далекой цели, если что-нибудь этому препятствует.
4. Даже при неудачах я уверен, что все равно добьюсь своего.
5. Я стараюсь не ставить перед собой очень далеких целей, так как считаю, что легче жить сегодняшним днем.
6. Я несколько раз пытался заниматься самосовершенствованием, но из этого так ничего и не вышло.
7. Неудачи выбивают меня из колеи, и я отказываюсь от намерения достичь чего-нибудь значительного.
8. Если уж я поставил перед собой важную для меня цель, то меня трудно остановить.
9. Поражение побуждает меня действовать с удвоенной силой.

10. Я много раз пытался спланировать свою неделю, но так и не смог выполнить намеченного из-за плохой самоорганизованности.
11. При возникновении трудностей я начинаю сомневаться, стоит ли продолжать начатое.
12. Мне часто бывает трудно довести дело до конца, особенно если для этого требуются недели и месяцы.
13. Мои близкие считают меня одержимым.
14. Я испытываю большое удовлетворение, когда добиваюсь намеченного вопреки имевшимся трудностям.
15. Я часто бросаю на половине пути начатые дела, теряя к ним интерес.
16. Я умею ждать и терпеть, поэтому отдаленные цели меня не пугают.
17. Препятствия лишь раззадоривают меня, делают мои решения более твердыми.
18. Лень, а не сомнения в успехе, вынуждает меня слишком часто отказываться от достижения цели.

Ключ. По 1 баллу начисляется за ответы «да» по позициям 1, 2, 4, 8, 9, 13, 14, 16, 17 и за ответы «нет» по позициям 3, 5, 6, 7, 10, 11, 12, 15, 18.

Чем выше сумма баллов, набранных по всем позициям, тем более выражена у обследованного самооценка настойчивости, свидетельствующая о его склонности доводить начатое дело до конца.

Методика изучения терпеливости при задержке дыхания (М. Н. Ильина, А. И. Высоцкий)

Методика используется многими авторами, но первые ее разработки предложены М. Н. Ильиной (выделение волевого компонента по субъективным ощущениям) и А. И. Высоцким (определение волевого компонента с помощью оксигемометра).

Длительность задержки дыхания зависит от объема легких, скорости обменных процессов и других факторов. Чтобы «уравнять» испытуемых и определить время волевой задержки дыхания, надо из общего ее времени исключить период устойчивой оксигенации (насыщенности крови кислородом), во время которого для задержки дыхания не требуется более или менее выраженных волевых усилий.

Волевая задержка дыхания начинается с окончанием фазы устойчивой оксигенации, когда в крови настолько мало кислорода, что у человека появляется нарастающая потребность вдохнуть (это определяется по падению стрелки оксигемометра на 1%). Чем меньше в крови кислорода, тем больше накопившаяся в крови углекислота возбуждает дыхательный центр и тем больше требуется волевых усилий, чтобы сознательно подавить возбуждение этого центра. Данный тест определения терпеливости и основан на торможении этой потребности.

При определении времени волевой задержки дыхания, чтобы получить объективное подтверждение переживаемого человеком затруднения, можно использовать оксигемометрию (измерение насыщения крови кислородом).

Для экспериментов используется оксигемометр 057МК (рис. П.1).

Методика изучения терпеливости при задержке дыхания состоит в следующем. До начала эксперимента на ухе испытуемого закрепляется датчик оксигемометра, и ухо прогревается (подготовка оксигемометра к работе описана в приложенной к прибору инструкции). Затем испытуемый делает несколько глубоких вдохов, чтобы провентилировать легкие (комната, где проводится эксперимент, должна быть хорошо проветрена; к эксперименту допускаются только лица, не имеющие патологии легких).

Испытуемому дается инструкция: «Постарайтесь показать свою волю и задержать дыхание как можно дольше. Когда появится потребность сделать вдох, дайте мне знать движением руки. Вдох не делать, терпите, сколько сможете».

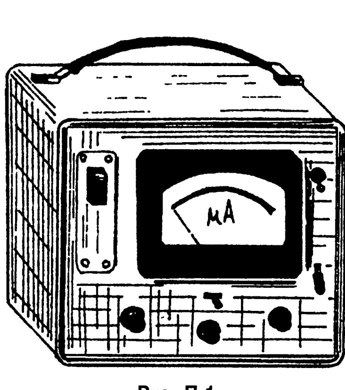


Рис. П.1

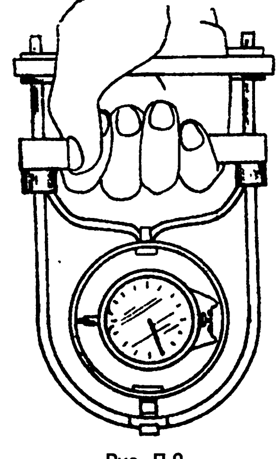


Рис. П.2

После инструкции по команде экспериментатора испытуемый зажимает нос (лучше это делать на выдохе), а экспериментатор включает секундомер. В протоколе им отмечается то время, когда у испытуемого появилась потребность сделать вдох, и время, когда закончится фаза устойчивой оксигенации (стрелка оксигемометра падает на 1%). По показаниям секундомера, который выключается после того, как испытуемый сделает первый вдох, определяется величина волевого усилия по следующей формуле:

$$T = \frac{t_j - t_0}{t_j} 100,$$

где Т — время терпения, %; t_j — общее время задержки дыхания, с; t_0 — время от появления потребности сделать вдох до вдоха, с.

Тест можно проводить и без использования оксигемометра.

Следует подчеркнуть, что в методике определения терпеливости с помощью задержки дыхания, описанной А. И. Высоцким, имеется методический недостаток. Автор предлагает определять терпеливость, всего лишь фиксируя на секундомере время с начала падения содержания кислорода в крови до вдоха; следовательно, терпеливость выражается в абсолютных величинах (с). Такой вариант не дает возможности узнать относительную составляющую волевого компонента в общем периоде времени, характеризующем выносливость человека. Невозможно также сравнить терпеливость при разных функциональных пробах, ее выявляющих, например при физической работе.

Динамометрический метод изучения терпеливости (М. Н. Ильина)

В эксперименте используется универсальный динамометр Абалакова с индикатором часового типа (рис. П.2). Динамометр имеет две рукоятки, одна из которых подвижная, другая неподвижная. С помощью специального приспособления расстояние между рукоятками легко изменяется в соответствии с размером кисти испытуемого. Для регистрации времени используется ручной секундомер.

Процедура эксперимента. Испытуемый садится вполоборота к столу, правая рука, согнутая в локте, лежит на столе.

Задание 1. Измерение физической силы испытуемого. Установив оптимальное расстояние между рукоятками динамометра в соответствии с размером кисти испытуемого, определяют среднее значение максимальной силы из трех попыток. Оно принимается за 100%.

Задание 2. Измерение выносливости и волевого усилия. На динамометре устанавливается уровень, равный 50% максимальной силы. Испытуемый, сжимая рукоятки динамометра кистью правой руки, поднимает его стрелку до ограничителя и старается удержать ее в таком положении столько времени, сколько сможет (до отказа продолжать это). Одновременно включается секундомер. Прилагая усилия, испытуемый сообщает экспериментатору о моменте появления у него чувства усталости. При устойчивом отклонении стрелки на 2–3 деления секундомер выключается. Экспериментатор регистрирует время от начала приложения усилия до отказа это делать и момент появления субъективного чувства усталости.

Инструкция. Сядьте к столу так, чтобы Вам было удобно, и возьмите в правую руку динамометр. Попробуйте несколько раз сжать рукоятки динамометра и установите для себя наиболее удобное расстояние между рукоятками.

При измерении своей физической силы сожмите рукоятки с максимальной силой. После непродолжительного отдыха проделайте это задание еще раз. Для выполнения задания 2 по сигналу «Начали» сожмите рукоятки и поднимите стрелку на динамометре до ограничителя. Старайтесь удержать стрелку в этом положении как можно дольше (чем продолжительнее время удержания стрелки, тем больше у Вас выносливость и волевое усилие). При первом ощущении усталости и желании прекратить работу сообщите об этом экспериментатору, однако, несмотря на усталость, продолжайте удерживать волевое усилие.

Обработка и анализ результатов. Рассчитать волевое усилие в с и в %:

$$\text{ВУ} = \text{Тв} - \text{Ту (с)};$$

$$\text{ВУ} = \frac{\text{Тв} - \text{Ту}}{\text{Тв}} 100\ (\%),$$

где Тв — общее время работы, или выносливость, с; Ту — время появления чувства усталости, с.

В протокол заносятся:

- среднее значение максимальной силы, кг;
- сила, равная 50% максимальной, кг;
- время появления чувства усталости, с;
- общее время работы (выносливость), с;
- длительность поддержания волевого усилия, с;
- длительность поддержания волевого усилия, %.

Выводы. Если длительность поддержания волевого усилия составляет 40% и менее, то терпеливость выражена слабо, если 60% и более, то степень терпеливости высокая.

Методика по выявлению уровня смелости (Г. А. Калашникова)

Методика позволяет выяснить снижение эффективности деятельности при повышении опасности.

Для проведения исследования необходима платформа размером 50 × 50 см, которая поднимается последовательно на 50, 100 и 150 см над полом. Испытуемый, стоя на платформе, совершает с максимальным усилием подпрыгивание вверх, отталкиваясь двумя ногами. У одних испытуемых (трусливых) при подъеме платформы высота прыжка снижается тем значительнее, чем выше поднимается платформа (при 50 см — в среднем на 25%, при 100 см — на 32%, при 150 см — на 52%); у других испытуемых (смелых) высота прыжка мало зависит от высоты платформы (снижение соответственно на 8,13 и 6%; данные А. С. Зобова, 1983).

Экспериментальные методики изучения решительности (И. П. Петяйкин)

Методики разработаны и апробированы И. П. Петяйкиным. Их смысл состоит в определении времени между сигналом экспериментатора к началу выполнения пробы и началом ее выполнения. Чем меньше это время, тем выше у испытуемого решительность.

Проба 1. Прохождение «лабиринта». Испытуемому предлагалось, используя карандаш, найти выход из лабиринта. Фиксировалось с помощью секундомера время прохождения лабиринта, которое зависело от того, как долго испытуемый раздумывал перед каждым новым ходом (их было пять), по какому же пути ему следует идти. В каждый момент времени испытуемому показывался только один перекресток, и, таким образом, каждый раз, принимая решение, он работал, по существу, вслепую.

Проба 2. Прыжок «через пропасть». Оборудование: два гимнастических «козла» (или «коня») высотой 125 см от пола.

Испытуемый, стоя на одном «козле», должен, оттолкнувшись двумя ногами, перепрыгнуть на другой «козел», приземлившись на две ноги. Расстояние между гимнастическими снарядами устанавливается с учетом возможностей каждого испытуемого. Для этого сначала он выполняет на полу прыжок в длину, отталкиваясь двумя ногами. Это расстояние, с вычетом 40 см, и определяет удаленность одного снаряда от другого.

Методика «Готовность к риску» (RSK) Шуберта

Методика направлена на выявление оценки своей смелости, готовности к риску.

Инструкция. Оцените степень готовности совершить действия, о которых Вас спрашивают. При ответе на каждый из 25 вопросов поставьте соответствующий балл по следующей схеме:

- 2 — полностью согласен, безусловное «да»;
- 1 — скорее «да», чем «нет»;
- 0 — ни «да», ни «нет»;
- −1 — скорее «нет», чем «да»;
- −2 — совершенно не согласен, безусловное «нет».

Вопросы теста

Некоторые вопросы оригинального текста нами заменены на сходные по смыслу, но более отвечающие специфике жизни в нашей стране.

1. Превысили бы Вы скорость, установленную ГИБДД, чтобы быстрее оказать необходимую медицинскую помощь тяжелобольному человеку?
2. Согласились бы Вы ради хорошего заработка участвовать в опасной и длительной экспедиции?
3. Стали бы Вы на пути убегающего опасного взломщика?
4. Могли бы Вы ехать на подножке товарного вагона при скорости более 100 км/ч?
5. Прыгнули бы Вы в воду с 5-метровой вышки?
6. Стали бы Вы первым переходить очень холодную реку?
7. Одолжили бы Вы другу большую сумму денег, будучи не совсем уверенным, что он вернет Вам деньги?
8. Вошли бы Вы вместе с укротителем в клетку со львами при заверениях, что это безопасно?
9. Могли бы Вы залезть на высокую фабричную трубу?
10. Могли бы Вы, не умея управлять парусной лодкой, отправиться на ней на прогулку?
11. Рискнули бы Вы схватить за уздечку мчащуюся лошадь?

12. Могли бы Вы скатиться на лыжах с очень крутой горы?
13. Могли бы Вы совершить ради интереса прыжок с парашютом?
14. Могли бы Вы часто ездить на транспорте «зайцем»?
15. Поехали бы Вы на машине, если бы ее вел человек, недавно попавший по своей вине в аварию?
16. Могли бы Вы спрыгнуть на пожарный тент с третьего этажа?
17. Могли бы Вы пойти на опасную операцию, чтобы избавиться от тяжелой болезни?
18. Могли бы Вы спрыгнуть с подножки поезда, идущего со скоростью 50 км/ч?
19. Могли бы Вы зайти в переполненный лифт, зная, что из-за перегрузки лифт может надолго застрять между этажами?
20. Могли бы Вы перебежать улицу на красный свет, если невдалеке стоит милиционер, а Вам нужно сесть на подходящий к остановке автобус?
21. Взялись бы Вы за опасную для жизни работу, если бы за нее хорошо заплатили?
22. Могли бы Вы войти во двор дачи, несмотря на надпись: «Осторожно, злая собака»?
23. Согласны ли Вы с утверждением, что «риск — благородное дело»?
24. Хватает ли у Вас духу возражать начальству?
25. Посадили бы Вы к себе в машину незнакомых мужчин, «голосующих» на дороге?

Обработка результатов. Подсчитывается сумма баллов с учетом знака («+» или «–»).

Выводы. Если опрашиваемый набирает менее 20 баллов, он отличается слишком большой осторожностью, если от –10 до +10 баллов — средней осторожностью, а свыше +20 баллов — большой склонностью к риску, смелостью.

Шкала «Социальная смелость»

Данная методика является фрагментом методики многофакторного исследования личности Р. Кеттелла (фактор *H*).

Текст опросника

1. При общении с людьми я:
   а) с готовностью вступаю в разговор;
   б) нечто среднее;
   в) предпочитаю спокойно оставаться в стороне.
2. Я чувствую себя немного не по себе, если неожиданно оказываюсь в центре внимания группы людей:
   а) да;
   б) нечто среднее;
   в) нет.
3. Я всегда рад оказаться среди людей, например в гостях, на танцах, на какой-либо коллективной встрече:
   а) да;
   б) нечто среднее;
   в) нет.
4. Обычно я молчу в присутствии старших по возрасту, опыту и положению:
   а) да;
   б) нечто среднее;
   в) нет.
5. Мне трудно говорить или декламировать перед большой группой людей:
   а) да;

б) нечто среднее;
в) нет.

6. Волнение перед выступлением в присутствии многих людей я испытывал:
а) довольно часто;
б) иногда;
в) почти никогда.

7. Когда я нахожусь в большой группе людей, то я предпочитаю молчать и предоставляю слово другим:
а) да;
б) нечто среднее;
в) нет.

8. Мне легко вступить в контакт с людьми во время различных общественных мероприятий:
а) верно;
б) не уверен;
в) неверно.

9. Когда требуется немного дипломатии и умения убедить людей что-либо сделать, об этом обычно просят меня:
а) верно;
б) не уверен;
в) неверно.

10. Я считаю себя открытым общительным человеком:
а) да;
б) нечто среднее;
в) нет.

11. В общении я:
а) свободно проявляю свои чувства;
б) нечто среднее;
в) держу свои переживания «про себя».

12. Мне не очень нравится, когда смотрят, как я работаю:
а) да;
б) нечто среднее;
в) нет.

13. Я отношусь к типу энергичных людей, которые всегда заняты:
а) да;
б) не уверен;
в) нет.

Обработка данных опроса. За ответы «а» и «в» начисляется по 2 балла, за ответ «б» — 1 балл. Учитываются ответы «да» по пунктам 1, 2, 4, 6, 8, 10, 12, 13 и ответы «нет» по пунктам 3, 5, 7, 9, 11. Высчитывается общая сумма баллов.

Выводы. Чем выше набранная сумма баллов, тем более выражена социальная смелость.

7. Методики изучения типологических особенностей проявления свойств нервной системы

Со времен И. П. Павлова, использовавшего только один метод диагностики свойств нервной системы — условно-рефлекторный, многое изменилось. На смену старым «классическим» методикам, предполагающим порой громоздкую аппаратуру и требующим больших затрат времени на выработку у человека условных рефлексов и постановку диагноза, пришли новые, менее трудоемкие методики. На обследование теперь тратится меньше времени, и они призваны, по словам Б. М. Теплова, «очеловечить» проблему изучения свойств нервной системы.

В большинстве лабораторий перешли на методики с использованием двигательных реакций человека (рефлексометрические методы). В то же время, стремясь добиться объективности диагностики, освободить ее от влияния, оказываемого маскировками, приобретенными особенностями, получить характеристики глубинных мозговых процессов, стали разрабатывать электроэнцефалографические методы изучения свойств нервной системы. Однако они столь же сложны технически и не могут получить широкого распространения, особенно когда речь идет о «полевых» обследованиях.

Разнообразие методик, а также заложенных в них критериев отнесения обследуемых к той или иной типологической группе, создает дополнительные трудности, поскольку из-за различной жесткости критериев возникают расхождения в диагнозах при обследовании одних и тех же людей.

Существенно изменились и методические установки изучения свойств нервной системы. В связи с этим возникла необходимость критически рассмотреть ряд соответствующих положений, сформулированных в свое время Б. М. Тепловым, а также систематизировать имеющиеся в литературе сведения о различных методиках изучения свойств нервной системы и их физиологическом обосновании.

Основное внимание я уделил портативным экспресс-методикам, широко используемым в настоящее время как в лабораторных, так и в полевых условиях. Их относительная простота и непродолжительность затрачиваемого на проведение тестирования времени позволяют обследовать большой контингент людей, а следовательно, затронуть многие вопросы, которые раньше из-за технических сложностей и небольших контингентов испытуемых изучены быть не могли.

Далее приводится по несколько методик выявления каждого свойства. Это обусловлено тем, что у исследователей может оказаться под рукой разная аппаратура.

Методики изучения силы нервной системы

Методика «наклон кривой»

Она основана на измерении времени простой реакции (на свет или звук) при разных интенсивностях раздражителя и выявлении степени наклона получающейся на графике кривой (рис. П.3).

Чем сильнее раздражитель, тем короче время ответной реакции. Эта закономерность присуща лицам как со слабой, так и с сильной нервной системой, но у первых при слабой

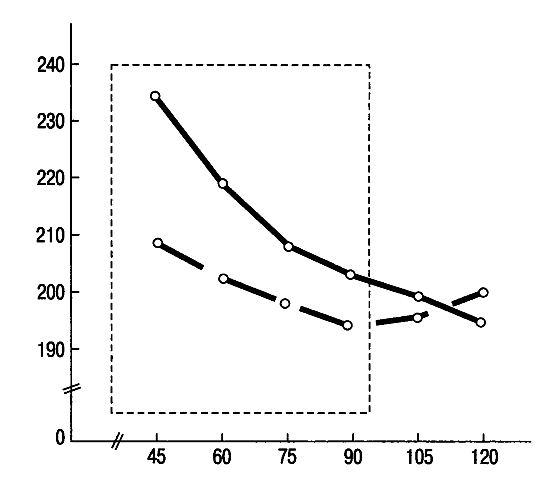


Рис. П.3

Изменение времени реакции у испытуемых с сильной и слабой нервной системой при увеличении интенсивности звука.
По горизонтали – громкость звука (дБ); **по вертикали** –время реакции, мс.
Верхняя линия характеризует сильную нервную систему, **нижняя** – слабую нервную систему.
Пунктиром обозначена зона слабых и средних интенсивностей звука, используемых в методике «наклон кривой»

и средней интенсивности стимула время реакции меньше (особенно при слабых стимулах) и поэтому соответствующая кривая наклонена менее круто, чем у лиц с сильной нервной системой, у которых время реакции на слабый стимул значительно больше. При сильных раздражителях должен быть перегиб кривых, связанный с увеличением времени реакции при сверхоптимальной силе раздражителя. Причем у людей со слабой нервной системой этот перегиб должен произойти раньше, чем у тех, чья нервная система сильная. Практически же это наблюдается крайне редко, так как использование сверхоптимальных раздражителей нецелесообразно по этическим соображениям (эти раздражители вызывают неприятные, в том числе и болевые ощущения).

Аппаратура, необходимая для исследования. Рефлексометр любого типа с приставками, изменяющими интенсивность светового и звукового сигналов. Большое распространение получил, например, электронный щитовой нейрохронометр (рис. П.4), созданный в Казанском университете (подробное описание этого прибора можно найти в книге «Методы и портативная аппаратура для исследования индивидуально-типологических различий человека» (Казань, 1976, глава III).

Процедура исследования. Измеряется время простой реакции на свет или звук, имеющих шесть фиксированных уровней интенсивности. Для светового раздражителя начальная — 0,02 лк, каждая последующая ступень превышает предыдущую в 10 раз, достигая в итоге 2000 лк. Для звука первая ступень — 40–46 дБ от уровня 0,0002 бара; чистый тон частотой 1000 Гц от звукового генератора ЗГ-10; далее каждая ступень возрастает на 16–20 дБ

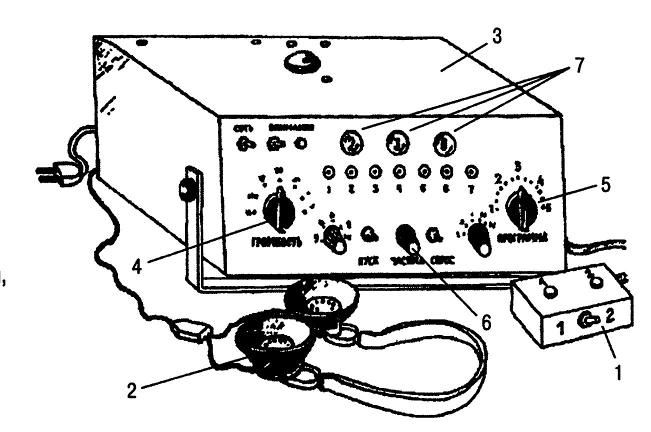


Рис. П.4

Электронный нейрохронометр:
1 – пульт испытуемого, 2 – наушники, 3 – нейрохронометр, 4 – регулятор громкости звука, 5 – переключатель программ, 6 – ручка регулировки времени между сигналами,
7 – цифровое табло

до максимальной величины в 120 дБ. Перед опытами со световой стимуляцией производят 10-минутную адаптацию обследуемого при слабой освещенности (0,002 лк).

Согласно варианту, предложенному В. Д. Небылицыным, сигналы разной интенсивности подаются в случайном порядке, и каждый повторяется 20 раз. Н. М. Пейсахов сократил число повторений до 13. Высчитывается среднее время реакции в случае с каждой интенсивностью сигнала (без учета первых 3–5 попыток). Задача испытуемого: при появлении сигнала как можно быстрее нажать на ключ или кнопку рефлексометра.

Для упрощения процедуры исследования и сокращения времени В. Д. Небылицын предложил укороченный вариант методики «наклон кривой». Измеряется время реакции на звуковые сигналы интенсивностью 30–45 и 100–105 дБ. В случайном порядке предъявляются 20 слабых и 20 сильных раздражителей. За 1,5–2 с до подачи сигнала экспериментатор дает команду «Внимание!». Интервал между сигналами составляет 10–20 с.

Н. М. Пейсахов провел большую работу по стандартизации условий использования этой методики. Он ограничил время действия звукового сигнала 220 мс (В. Д. Небылицын это время не лимитировал), а также изменил порядок следования сигналов разной интенсивности: в его варианте они подаются в возрастающем порядке. Это дает возможность во многих случаях получать перегиб кривой времени реакции, т. е. определять полное проявление «закона силы», и судить о силе нервной системы не только по «нижнему» порогу, но и по «верхнему». Н. М. Пейсахов ввел еще и предварительную тренировку при минимальной громкости звука 45 дБ. С этой громкости начинается испытание. Согласно предлагаемому им сокращенному варианту, время реакции при малой и большой интенсивности звука измеряется троекратно.

Н. М. Пейсахов показал также, что при массовых обследованиях по сокращенной программе более надежные результаты получаются, когда испытуемые не нажимают на кнопку, а отпускают ее в ответ на появление сигнала. Поэтому перед ним рука обследуемого должна находиться на кнопке, и та должна быть утоплена. Большая надежность данного способа реагирования на сигнал объясняется тем, что нажатие на кнопку уже привлекает внимание испытуемого к процедуре.

Протокол исследования приведен в табл. П.1.

Таблица П.1

Протокол проведения эксперимента

№ п/п	Время реакции при интенсивности света и звука, мс					
	0,02 лк 45 дБ	0,2 лк 60 дБ	2,0 лк 75 дБ	20 лк 90 дБ	200 лк 100 дБ	2000 лк 120 дБ
1	252	243	240	221	202	184
2	268	254	225	218	211	196
3	279	260	231	210	198	177
...	...	...	...	...	...	...
10	255	241	233	212	206	185
Среднее время	260	244	230	215	205	186

При звуковом варианте чаще всего ограничиваются громкостью звуков 105 и даже 90 дБ.

Критерии диагностики. Кривые изменения времени реакции в зависимости от силы раздражителя теоретически должны иметь такой вид, как на рис. П.5 (см на с. 590). Однако поскольку не используются предельные интенсивности раздражителей, получить это удается редко. Поэтому дело ограничивается зоной, обозначенной на рисунке пунктиром,

т. е. зоной, находящейся слева от «верхнего» порога. Здесь критерием силы—слабости нервной системы служит степень наклона кривой: чем она больше, тем сильнее нервная система. Как видно из рисунка, степень наклона зависит в основном от времени реакции при малой интенсивности раздражителя.

Степень наклона кривой В. Д. Небылицын предложил выражать количественно. В простом варианте высчитывается отношение времени реакции на самый слабый раздражитель (*tmax*) к наименьшему времени реакции при более сильных раздражителях (*tmin*): величина, большая 1,5, принимается как показатель сильной нервной системы.

По другому варианту с помощью уравнения регрессии $y = bx$ высчитывается коэффициент b, поскольку зависимость времени реакции от интенсивности стимула имеет вид гиперболы. В практике чаще используется первый показатель, получивший название $ХНК_2$ (характеристика наклона кривой при двух интенсивностях раздражителя). Однако у Н. М. Пейсахова критерий для деления испытуемых на «сильных» и «слабых» не абсолютный (как у В. Д. Небылицына), а относительный: высчитывается средний показатель ХНК для всей обследованной группы, затем среднее квадратичное отклонение. Если у обследованного величина $ХНК_2$ превышает на 0,5 сигмы среднее значение для группы, то испытуемого Н. М. Пейсахов относит к «сильным», если же отношение меньше среднегруппового на 0,5 сигмы — к «слабым».

Недостаток такого способа деления обследуемых заключается в том, что он позволяет ставить диагноз только при сравнении со среднегрупповыми данными, а не с абсолютным стандартом. Поэтому неясно, как поставить диагноз субъекту, если он обследовался один. Кроме того, при наличии группы субъектов диагноз может быть искажен (например, «слабые» могут превратиться в «сильных», если в выборке случайно оказались в основном «слабые», и наоборот, «сильные» могут превратиться в «слабых», если в выборке окажутся в основном «сильные»).

Однако и критерии, предложенные В. Д. Небылицыным, подверглись критике со стороны ряда авторов (Н. М. Пейсахов, 1974; Н. И. Чуприкова, 1976). Как отмечает Н. М. Пейсахов, на каждые 100 человек приходится 20, кривые времени реакции которых при увеличении интенсивности раздражителя имеют вид параболы, а не гиперболы, поэтому формула подсчета коэффициента b для этих лиц не годится. Лишь выяснив форму кривой, можно использовать математический аппарат, чтобы высчитать степень проявления свойства силы нервной системы. Но если это так, то определять степень наклона кривой только по двум точкам шкалы раздражителя рискованно. Для надежной диагностики нужно ориентироваться на весь ход кривой, отражающей зависимость времени реакции от интенсивности раздражителя, обращая особое внимание на зону слабых раздражителей —в ней различия между «сильными» и «слабыми» наиболее выражены. В зоне сильных раздражителей различия сглаживаются, а подчас носят и обратный характер: у людей с сильной нервной системой время реакции оказывается короче, чем у тех, чья нервная система слабая (В. А. Сальников, 1981). Это объясняется тем, что у «слабых» при силе раздражителя, большей оптимальной, эффективность реагирования начинает снижаться, а у «сильных» еще продолжает нарастать. Следовательно, при оптимальной (для «слабых») силе раздражителя быстрота реагирования «сильных» оказывается выше.

Итак, зона «верхних» порогов возбуждения не очень надежна для диагностики силы нервной системы, в связи с чем не надо стремиться использовать слишком сильные раздражители, добиваясь возникновения у испытуемых запредельного торможения в раздражаемых нервных центрах.

Методика «Критическая частота мелькающего фосфена» (КЧФ)

Эта методика разработана В. Д. Небылицыным. Она основана на психофизиологическом явлении, суть которого — возникновение ощущения света при раздражении глаза электрическим током. Оно названо фосфеном. В эксперименте измеряется критическая частота

раздражения глаза, при котором еще сохраняется мелькание фосфена. Переходя за критическую частоту раздражения, испытуемый теряет способность не только различать отдельные вспышки, но вообще ощущать свет.

Исчезновение мелькающего фосфена обнаруживает зависимость от интенсивности раздражения (напряжения или силы тока), что и использовал В. Д. Небылицын. У испытуемых с сильной нервной системой КЧФ наступает при более сильном токе, чем у лиц со слабой нервной системой.

Данная методика предполагает, таким образом, измерение «верхних» порогов раздражения, однако и в ней это удается не всегда: в ряде случаев эксперимент прекращается из-за возникающих болевых ощущений.

Аппаратура, необходимая для исследования. КЧФ измеряется при помощи хронаксиметра, который позволяет плавно изменять частоту подаваемых электрических импульсов от одного до нескольких сотен в секунду. Для проведения исследования требуется камера со слабым освещением (около 0,002 лк).

Процедура исследования. Глаза испытуемого в течение всего опыта открыты. Опыт начинается после 10-минутной адаптации к темноте, в течение которой электрическая чувствительность глаза устанавливается на постоянном уровне. Серебряные электроды, обернутые влажной ватой, укрепляются: активный над бровью, индифферентный — на ладони на той же стороне тела.

Определение КЧФ производится при фиксированной интенсивности электрического раздражителя, начиная с 3–5 В, при ступенчатом повышении на 2 В, достигая в итоге 19–21 В. Длительность импульсов постоянная — 7 мс.

Измерение происходит следующим образом. Установив минимальную интенсивность раздражителя (от 3 до 5 В в зависимости от измеренной до этого реобазы)[1] и подав сигнал «Внимание!», экспериментатор включает ток и вращает ручку плавной регулировки частоты импульсов до тех пор, пока испытуемый не сообщит об исчезновении световых мельканий. Повторив измерение 3 раза, экспериментатор переходит к следующей интенсивности стимула. Таким образом, кривая изменения КЧФ в зависимости от напряжения импульса тока строится по трем измерениям на каждой степени интенсивности. Это позволяет избежать случайностей, связанных с колебаниями физиологических функций.

Критерии для диагностики. По данным В. Д. Небылицына, предел КЧФ достигается у лиц со слабой нервной системой при напряжении тока 11–13 В, у лиц с сильной нервной системой — при 17–21 В.

Эта методика сложна в использовании; будучи связанной с достаточно сложной аппаратурой, требует специального помещения и длительного времени для постановки диагноза (необходима довольно длительная тренировка, чтобы испытуемый научился отдавать себе и экспериментатору ясный отчет о характере своих ощущений и давать при измерениях устойчивые результаты). Поэтому она не получила широкого распространения.

Рефлексометрический вариант методики «Угашение с подкреплением»

Свое название методика получила в лаборатории И. П. Павлова, где угашение условнорефлекторного ответа с подкреплением использовалось в качестве методического приема при изучении силы нервной системы у животных. В диагностике свойства силы нервной системы людей данный метода впервые применен Л. Е. Хозак (1940), а затем широко использовался в лаборатории В. С. Мерлина в несколько измененной форме.

Суть его состоит в измерении времени реакции на зрительный или звуковой раздражитель при их многократном повторении.

---

[1] Реобаза (порог фосфена) определяется с помощью импульсного электронного стимулятора ИС-01, генерирующего прямоугольные импульсы.

Аппаратура, необходимая для исследования. Используется рефлексометр простейшей конструкции, позволяющий измерять время простой сенсомоторной реакции.

Процедура исследования. Испытуемому даются подряд 50–75 сигналов (световых или звуковых) с интервалами между ними в 15–18 с (Ян Стреляу (1982) давал даже 240 сигналов, пытаясь вызвать у испытуемых утомление). Громкость звукового раздражителя для взрослых равна 90 дБ, для младших школьников — 75 дБ сверх абсолютного порога. Первые 5 измерений отбрасываются как преимущественно ориентировочные. Из оставшихся сравниваются среднеарифметические величины времени реакций из 15 первых и 15 последних попыток (в ряде работ сравнение идет по 10 первым и последним реакциям).

Протокол проведения эксперимента представлен в табл. П.2.

Таблица П.2

Протокол проведения эксперимента

№ п/п	Серии измерений времени реакций, мс							
	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	250	276	264	278	285	284	291	298
2	263	259	261	267	270	274	283	289
3	248	267	270	278	287	282	290	301
...	...	...	...	...	...	...	...	...
10	249	260	259	277	282	288	299	298
Среднее время для каждой серии	253	262	269	278	280	286	293	297

Критерии для постановки диагноза. Если время реакций в последней серии превосходит таковое в первой на 15–20%, то ставится диагноз: слабая нервная система. Остальные случаи относят к сильной нервной системе.

Этот критерий нельзя признать удачным, как и деление испытуемых только на «сильных» и «слабых» без выделения группы «средних». Дело в том, что между первыми и последними измерениями у разных субъектов наблюдаются различные варианты изменения во времени реакции. Например, во многих случаях отмечается хотя и кратковременное, но закономерное (исходя из эффекта суммации) уменьшение времени реагирования в первых сериях измерений. При используемом способе подсчета оно остается неучтенным, и вместо диагноза «сильная нервная система» ставится диагноз «слабая нервная система». В связи с этим целесообразнее строить кривую изменения времени реакции по средним величинам для всех серий и потом определять диагноз. Тогда диагностика получается более точной, совпадающей с диагностикой по методике «Теппинг-тест».

Типичные кривые, на основании которых ставится диагноз о силе, представлены на рис. П.5.

Ранжируя испытуемых по выраженности этого свойства, степень силы–слабости можно определить путем высчитывания суммы отклонений среднего времени реакций в каждой серии от среднего времени в первой серии. Если время реакций уменьшилось, то разница берется со знаком «+», если увеличилось — со знаком «–». Чем больше сумма отклонений со знаком «+» (или меньше сумма отклонений со знаком «–»), тем более высокий ранг по силе нервной системы окажется у обследования в данной выборке.

Ранжирование производится сначала внутри выделенных по кривым типологических групп: внутри «сильных», внутри «средних по силе» и внутри «слабых». Если же ранжиро-

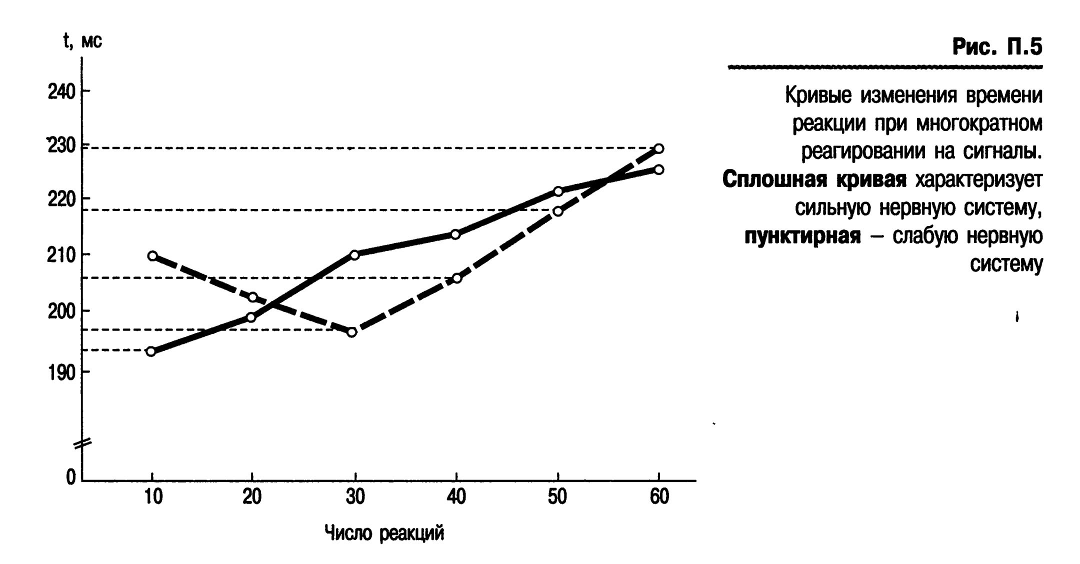


Рис. П.5

Кривые изменения времени реакции при многократном реагировании на сигналы. **Сплошная кривая** характеризует сильную нервную систему, **пунктирная** – слабую нервную систему

вать только по сумме отклонений, у некоторых «сильных» или «средних» итоговая сумма (со знаком «–») может быть большей, чем у «слабых».

Помимо описанных выше изменений критерия диагностики по этой методике необходимы и другие корректировки. Так, нужно отметить, что нет никакой необходимости вызывать у испытуемых утомление. При интервалах между сигналами сделать это непросто. Например, Н. М. Пейсахов давал 340 сигналов и вместо ожидаемого увеличения времени реагирования получил его снижение. Объясняется эта парадоксальность тем, что ход эксперимента монотонен, а при развитии состояния монотонии (что было выявлено при обследовании этой методикой подростков) время простой реакции укорачивается (Н. П. Фетискин, 1972).

Обследование по этой методике длится 25–30 мин, что тоже создает определенные неудобства, в том числе и такое, как поддержание интереса и устойчивого внимания на протяжении всего эксперимента. Очевидно, отсутствие таковых и обусловливает не очень высокую константность этой методики. Э. И. Маствилискер показала, что результаты первого обследования коррелируют с результатами второго и третьего на низком уровне (*Kr* = +0,18 и +0,17), в то время как результаты второго и третьего обследования дали корреляцию на высоком уровне. В. П. Умнов между результатами двух испытаний у группы школьников 7–11 лет получил *Kr* = +0,17.

Кроме того, очевидно, что интервалы между сигналами чрезмерно велики и не способствуют получению эффекта суммации. По данным Н. И. Чуприковой (1976), интервал между сигналами, равный даже 10–12 с, может быть достаточным, чтобы исчезли следы предыдущего раздражения. Для устранения этого в ряде исследований интервалы между сигналами были сокращены до 5–7 с. Сравнение получаемых результатов при прежних и при сокращенных вариантах дало противоречивые результаты. Н. М. Пейсахов не выявил существенной разницы (но у него интервал между сигналами укорачивался с 12 с), В. П. Умнов отметил снижение числа случаев развития состояния монотонии с 38 до 23%.

В связи с этим целесообразнее в данной методике предоставлять между сигналами интервалы 5–6 с. Это поможет испытуемым удержать внимание и уменьшить число «зевков», резко искажающих результаты тестирования. Когда такие случаи в серии единичные, разумнее всего исключить их и расчет производить для оставшихся измерений. Однако когда внимание испытуемого неустойчиво и много «зевков», нужно ли их исключать из обсчета и в каком количестве?

Методика «Определение силы нервной системы с помощью теппинг-теста» (Е. П. Ильин)

Тест отслеживает временны́е изменения максимального темпа движений кистью. Испытуемые в течение 30 с стараются удержать максимальный для себя темп. Показатели его фиксируются через каждые 5 с, и по 6 получаемым точкам строится кривая изменения этого темпа движений кистью.

Аппаратура, необходимая для исследования. Для регистрации частоты движений можно пользоваться несложной аппаратурой (рис. П.6): телеграфным ключом, утапливающейся кнопкой с небольшим сопротивлением или маленькой контактной площадкой. Источником питания могут служить батарейка или электрическая сеть. Число движений фиксируется электрическим счетчиком импульсов (если одним, то лучше со стрелочным, а не цифровым индикатором: на нем легче устанавливать визуально положение стрелки в момент подачи помощником экспериментатора сигнала об истечении очередных 5 с). В ряде лабораторий созданы приборы с 6 счетчиками (электронно-цифровыми индикаторами), позволяющими высвечивать сразу все точки кривой. Однако при этом увеличиваются вес и габариты прибора, что создает определенные трудности для транспортировки.

При отсутствии регистрирующей аппаратуры можно пользоваться графическим способом регистрации максимального темпа движений кистью. Для этого тетрадный лист бумаги делится на 6 расположенных в 2 ряда квадратов. Испытуемый должен карандашом или шариковой ручкой поставить в каждом квадрате за отведенное время (5 с) как можно больше точек. Переход из одного квадрата в другой (по часовой стрелке) производится по команде экспериментатора, следящего за секундомером, через каждые 5 с, при этом работа не прерывается. Однако незначительные потери времени при таком переходе происходят. Поэтому, чтобы подобное было и в случае с заполнением первого квадрата, в исходном положении карандаш или ручка должны находиться вне первого квадрата, слева от него.

Процедура исследования. Вначале обследуемому дается возможность выявить, какой у него максимальный темп движений кистью. Для этого он 5–10 с старается максимально часто нажимать на ключ, кнопку и т. п. или стучать карандашом по бумаге. Затем приступают к эксперименту. Испытуемому дается задание *обязательно* работать *с максимальной частотой* в течение 30 с, даже если он заметит, что рука устала. Критерий постановки диагноза ему не сообщается. Вместо этого экспериментатор говорит, что определяется максимальная частота движений и чем большее количество движений совершит обследуемый за 30 с, тем лучше.

Выполнять задачу тот начинает по сигналу экспериментатора «Начали!» и заканчивает по команде «Стоп!». Если показатели частоты движений снимаются с одного счетчика, то необходим помощник, который следит за секундомером, сигнализируя через каждые 5 с экспериментатору (лучше нажимая рукой на плечо экспериментатора), чтобы фиксировать на счетчике и записывать в протокол частоту движений.

Протокол исследования см. в табл. П.3.

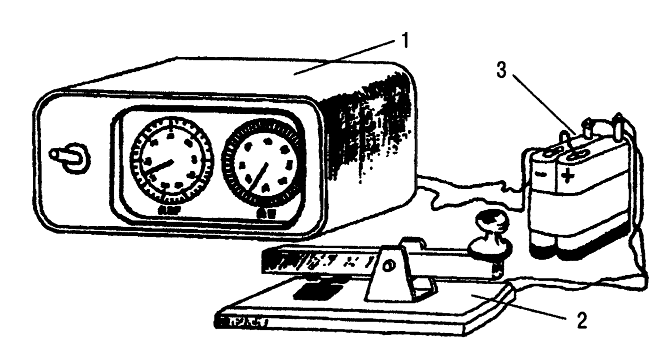


Рис. П.6

Аппаратура для измерения максимальной частоты движения кистью:
1 – электрический стрелочный счетчик, 2 – телеграфный ключ, 3 – электрическая батарейка

Таблица П.3

Частота движений за отрезки времени

Отрезки времени	0–5	6–10	11–16	17–20	21–25	26–30
Частота	34	38	35	32	29	27

На основании этих данных строятся кривые, в которых за исходную (нулевую) точку берется темп движений в первые 5 с.

Критерии для диагностики. Получаемые типы кривых представлены на рис. П.7.

Выпуклый тип. Максимальный темп нарастает в первые 10–15 с работы, о чем, кстати, испытуемые и не подозревают; в последующие секунды темп может снизиться ниже исходного уровня, редко — сохраниться на уровне выше исходного. Этот тип кривой свидетельствует о выраженном эффекте суммации возбуждения в нервных центрах, что присуще *сильной нервной системе.*

Ровный тип. Максимальный темп с колебаниями ±2 движения относительно исходного уровня удерживается на протяжении всего отрезка времени (30 с). Этот вариант свидетельствует о наличии у испытуемого *средней силы нервной системы.*

Нисходящий тип. Максимальный темп снижается уже со второго 5-секундного отрезка и остается ниже исходного в течение всего времени работы. Этот тип свидетельствует о *слабости нервной системы.*

Вогнутый тип. Первоначальное снижение темпа сменяется непродолжительным возрастанием темпа в конце работы (так называемый «конечный порыв»). Субъектов с таким типом кривой тоже следует относить к группе со *слабой нервной системой.*

При малых выборках целесообразно объединять в одну группу лиц с большой и средней силой нервной системы.

А. Л. Вайнштейн и В. М. Жур (1971) при проведении теппинг-теста делили субъектов на «сильных» и «слабых» путем сравнения темпа движений за первые и последние 15 с. Снижение темпа на 5 движений служило показателем слабости нервной системы. Несостоятельность этого критерия очевидна, так как он не позволяет выявить эффект суммации возбуждения, на основании которого возможно выделять группу «сильных». Еще раз подчеркну, что диагноз должен ставиться по всей кривой изменения темпа.

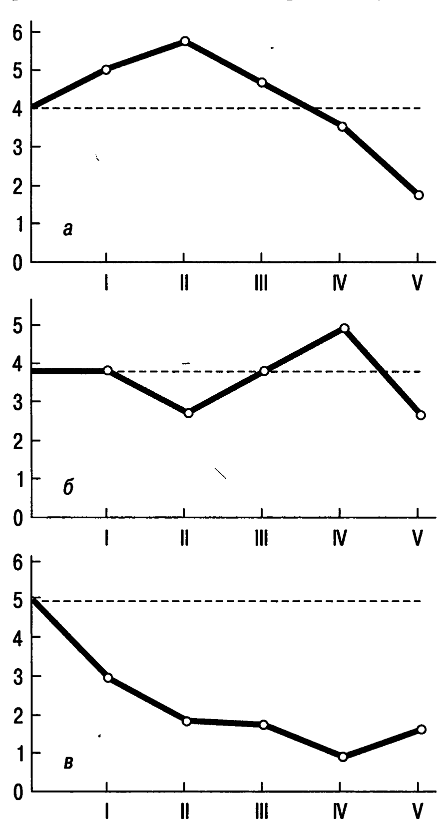


Рис. П.7

Типы кривых изменения максимального темпа движений кистью руки по 5-секундным временным отрезкам. **Горизонтальные линии** – исходный (за первые 5 с) темп движений, принятый за ноль. **Ломаные линии** – отклонение темпа движений в последующие после первого 5-секундные отрезки по сравнению с первым (в количестве движений). *а* – кривая, характеризующая сильную нервную систему, *б* – кривая, характеризующая среднюю по силе нервную систему, *в* – кривая, характеризующая слабую нервную систему

Необходимо объяснить, почему выбран 30-секундный отрезок, а не больший. Первоначально максимальный темп измерялся в течение 1–1,5 мин работы, но, убедившись, что самая важная для диагностики информация получается в течение первых 20–25 с и что длительная работа приводит лишь к потере времени и сил испытуемых, время тестирования было ограничено 30 с. Ведь задача теста — выявить сдвиги в центральной нервной системе, а не в мышцах.

Правда, можно возразить, что у «слабых» физическое утомление все равно возникает даже при 30-секундной работе (как, кстати, и у многих «сильных»). Однако с точки зрения механизмов развития между разными видами утомления наблюдаются существенные различия. При работе умеренной и большой интенсивности основные причины утомления связаны с вегетатикой, а при работе максимальной интенсивности (как в нашем тесте) — с развитием запредельного торможения в нервных центрах.

Именно поэтому с помощью теппинг-теста определяется выносливость нервной системы и обязательным условием выполнения теста для определения силы нервной системы становится работа в *максимальном* темпе. Если это условие не выполняется, диагностика будет неправильной. Отсюда следует и другой вывод: по выносливости человека нельзя судить об имеющейся у него силе нервной системы. М. Н. Ильиной, например, показано, что при работе большой и средней интенсивности выносливость людей со слабой и сильной нервными системами бывает одинаковой, но это происходит благодаря разным психофизиологическим механизмам.

До сих пор речь шла о *качественных критериях* силы нервной системы, использованных в теппинг-тесте. Однако в научных исследованиях часто требуется ранжировать обследованных, поэтому нужны и *количественные критерии* силы нервной системы.

Ранжирование осуществляется следующим образом. В соответствии с качественными критериями все обследованные субъекты делятся на группы с сильной, средней и слабой нервной системой. Внутри групп проводится дополнительное ранжирование обследованных *по суммарной величине отклонения темпа в каждой точке от исходного уровня*. Высчитывается сумма (с учетом знака) отклонений за каждые последующие 5-секундные отрезки по отношению к темпу, показанному в течение первых 5 с. Например, у субъекта *а* максимальная частота движений по 5-секундным отрезкам равнялась 43, 40, 38, 37, 38, 35. Приняв первую цифру за условный ноль, получаем следующую сумму отклонений: –3, –5, –6, –5, –8 = –27. У субъекта *б* максимальная частота движений по отрезкам была равна 41, 35, 36, 32, 33, 33, что дает следующую сумму отклонений: –6, –5, –9, –8 = –36. Как видно, у обоих субъектов слабая нервная система, но у первого она выражена в меньшей степени, поэтому по рангу он будет занимать более высокое место.

Проведя ранжирование внутри каждой типологической группы, обследованные выстраиваются в общий ряд согласно занятым в своей группе местам. Поэтому может быть так, что субъект с большим по «–» отклонением из группы со средней силой нервной системы окажется поставленным выше, чем лицо со слабой нервной системой, у которого суммарное отрицательное отклонение будет меньшим. Главный критерий, таким образом, — качественный.

При учете качественного критерия возникают определенные трудности, на которые следует обратить внимание. Например, что считать достоверным приростом темпа в первые 10–15 с работы?

На основании имеющегося опыта можно рекомендовать следующее: когда информация снимается визуально со стрелочного счетчика, нужно считать за достоверную разницу 3 и больше движений (за 5-секундный отрезок), при графической регистрации темпа и при других фиксированных способах съема информации — разницу в 2 и более движений.

Обязательное условие диагностирования силы нервной системы с помощью теппинг-теста — максимальная мобилизованность обследуемого. Чтобы добиться этого, надо не только заинтересовать субъекта результатами обследования, но и стимулировать его по ходу работы словами («не сдавайся», «работай быстрее» и т. п.). Это способствует более четкому разделению испытуемых на «сильных» и «слабых».

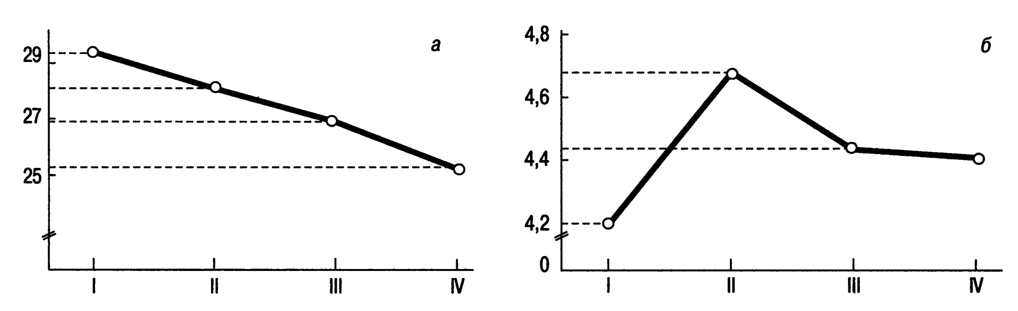


Рис. П.8. Кривые изменения максимального темпа движений при его регистрации в макроинтервалы (*а*) и в микроинтервалы времени (*б*) у лиц со слабой нервной системой

Важно также акцентировать внимание обследуемых на том, что начинать выполнение требуемых действий надо сразу в максимальном темпе, иначе может искусственно создаться выпуклый тип кривой.

Методику «Теппинг-тест» трудно применять в случае с детьми младшего возраста (до 6–7 лет), поскольку у них максимальная частота движений небольшая и различия между индивидуумами сглаживаются. Кроме того, они не могут долго заставлять себя работать в максимальном темпе

В настоящее время разработаны компьютерные методы диагностики силы нервной системы с помощью теппинг-теста, которые значительно упрощают и уточняют диагностику.

В недавнем прошлом для изучения силы нервной системы использовались и другие методики («внешний тормоз» и кожно-гальванический вариант методики «Угашение с подкреплением» — в лаборатории В. С. Мерлина, электроэнцефалографический вариант методики «Угашение с подкреплением» — в лаборатории В. Д. Небылицына). Однако в большинстве своем они сложны для массового использования, поэтому широкого распространения не получили ни у психологов, ни у физиологов.

Описанные выше методики чаще всего применялись при обследовании спортсменов. В ряде работ установлено, что они коррелируют друг с другом. В частности, методика «Теппинг-тест» коррелирует на уровне 0,01 с методикой «Наклон кривой», с рефлексометрической методикой «Угашение с подкреплением».

Однако наличие корреляций не означает, что все методики имеют одинаковую диагностическую ценность. Они неравноценны по времени, которое затрачивается на постановку диагноза. Самое короткое время работы испытуемого (30 с) по методике «Теппинг-тест», в других же методиках оно составляет 20–40 мин, а то и больше. Разная оказывается и напряженность работы, что отражается на степени жесткости критериев диагностики. Самая высокая она именно в методике «Теппинг-тест», поэтому по ее критериям «сильных» выявляется меньше, чем по другим методикам. Но зато при ее использовании отчетливее проявляются различия между «сильными» и «слабыми» по ряду характеристик деятельности и поведения.

Исходя из теоретических построений, отраженных на рис. П.8, суммация возбуждения должна проявляться не только у лиц с сильной, но и со слабой нервной системой. Следовательно, кратковременное увеличение темпа в первые секунды работы должно отмечаться у всех — этот признак не может быть дифференцирующим для деления на типологические группы по свойству силы нервной системы. Почему же тогда суммация не проявляется у лиц со средней и слабой нервной системой?

Чтобы получить ответ на эти вопросы, было проведено следующее исследование. При выполнении испытуемыми теппинг-теста их движения записывались на лентопротяжном устройстве, благодаря чему динамику изменения максимального темпа можно было отследить при любых временных отрезках. Было выявлено, что если брать отрезки, равные 1,5 с, то и у лиц со средней, и у половины людей со слабой нервной системой обнаруживается

непродолжительное возрастание максимального темпа (3–4,5 с). Следовательно, и у них проявляется эффект суммации возбуждения, но он кратковременный и выражен слабо. А поскольку в методике выбраны 5-секундные отрезки, такое увеличение темпа нейтрализуется в первые 5 с снижением и поэтому не замечается.

Методики изучения подвижности нервных процессов

Методика Н. С. Лейтеса

Физиологическое обоснование. Методика основана на измерении длительности последействия стимулов.

Аппаратура, необходимая для исследования. Проекционное устройство, электросекундомер, автоматически включающийся при появлении на экране определенных кадров. Это достигается системой контактов, которые замыкают цепь включения секундомера в тот момент, когда в фильмовое окно проекционного устройства попадают участки киноленты со специальными вырезами. В момент, когда испытуемый нажимает на ключ, секундомер выключается с помощью специального реле на несколько десятых секунды, а затем продолжает работать, пока стрелка не дойдет до 0. В этот момент секундомер автоматически выключается.

Двигательная реакция испытуемого фиксируется с помощью специального записывающегося устройства.

Процедура исследования. С помощью проекционного устройства перед испытуемым на экране демонстрируются изображения отдельных букв, по одной на кадре. Предъявляются 9 букв: А, В, И, К, Н, П, С, Т, Х. Они располагаются в такой последовательности, чтобы какой-либо системы в их чередовании уловить было нельзя. Всего используется 780 кадров.

Буквы экспонируются в строго определенном темпе. На одни из них испытуемые должны реагировать, на другие — нет. Буквы, служащие положительными стимулами, отстоят друг от друга на различных интервалах, но всегда на определенном расстоянии от предшествующего предъявления. Таким образом сохраняется ритмичность подачи раздражителей. Испытуемые непрерывно наблюдают за меняющимися раздражителями, сохраняя необходимую сосредоточенность.

При положительных стимулах испытуемые нажимают на кнопку рефлексометра. Таковым сигналом служит появление буквы С, тормозным — НС. Буква С встречается в эксперименте 122 раза, Н — 120 раз, НС — 50 раз. Если букве С предшествовало сочетание НС (не важно, за сколько других букв до появления С), нажимать на ключ не надо ни при НС, ни при последующей — С.

Буква С отставляется от сочетания НС на разное расстояние, что позволяет измерять длительность последействия (в промежутке от 1 до 10 кадров).

Быстроту смены кадров можно регулировать: в одной серии кадры меняются через 1,5 с, и на нее уходит 20 мин; в другой серии кадры меняются через 0,5 с, и общее время эксперимента составляет 7 мин.

Критерии для диагностики. Изменение времени реакции (увеличение или полная задержка), обусловленное действием предыдущего раздражителя (тормозного — НС на положительный С), служит показателем последействия тормозного процесса.

За исходное принимается время реакции на стимул, предъявленный через 9 нейтральных букв, т. е. наиболее удаленный от предшествующего значимого (положительного или отрицательного) стимула. Чтобы судить о влиянии одного значимого стимула на другой, время реакции на каждом интервале вычисляется в процентах к фоновому времени. Если период реакции увеличивается на 10% и более, фиксируется наличие последействия. Дли-

тельность его измеряется путем умножения числа кадров между положительным и тормозным сигналами на длительность интервалов (1,5 или 0,5 с).

Наблюдаются три варианта изменения времени реакции на положительный стимул после отрицательного:

- замедление времени реакции (длится 6–12 с),
- сохранение прежней величины времени реакции,
- укорочение времени реакции (длится 3 с).

Данная методика не может использоваться вне лабораторных условий из-за сложности аппаратуры, хотя затрачиваемое на обследование время относительно небольшое. Кроме того, методика выявляет только влияние тормозного сигнала на возбудительный, т. е. функциональную подвижность торможения. Подвижность возбуждения в этой методике не имеет индикатора. Неясно также, изучается ли в ней интегральное свойство или же оно относится только ко второй сигнальной системе.

Рефлексометрическая методика (К. М. Гуревич, 1963)

Аппаратура, необходимая для исследования. Рефлексометр, магнитофон с записанными по определенной программе на магнитофонную пленку звуками, имеющими разное сигнальное значение; телефоны-наушники.

Процедура исследования. Сигналы с магнитофона подаются испытуемому в телефоны-наушники. Автоматически звуками с магнитофона осуществляется включение рефлексометра.

Существует определенная программа записи на магнитофонную пленку для проведения исследования. Положительным сигналом (на который испытуемый отвечает, нажимая на кнопку рефлексометра и останавливая его) служит звук высотой 800 Гц средней силы. Для изучения последействия положительных раздражителей эти звуки подаются парами. Интервалы между ними составляют 0,5; 0,7; 1,0; 3,0; 5,0 с. Между парами сигналов интервалы постоянные и равны 12 с. Пары повторяются без определенной системы от 8 до 12 раз. Последействие тормозных раздражителей (звук высотой 3000 Гц) изучается при отставлении положительного сигнала от тормозного на 0,1 с. Положительные раздражители идут после тормозных всего 5 раз (на фоне беспорядочного следования друг за другом как положительных, так и тормозных сигналов).

Сначала обследуемый тренируется различать положительные и тормозные сигналы и нажимать на кнопку рефлексометра только при появлении первых.

Критерии для диагностики. Показателем подвижности—инертности нервных процессов служит время реакции на положительные раздражители после предшествования в одном случае положительного сигнала, а в другом — отрицательного. Фоновое время реакции, по которому сравниваются сдвиги, высчитывается как среднее для данного обследуемого на сигнал, отделенный от предшествующего положительного 12 с. В каждом исследовании учитывается не менее 50 фоновых реакций.

Последействие положительного раздражителя высчитывается сравнением времени реакции на второй положительный раздражитель в каждой паре раздражителей (предоставляется 10 попыток). Поскольку между положительными сигналами временные интервалы разные, по сдвигам, выявленным при каждом интервале, можно судить о быстроте нервного процесса, вызываемого положительным раздражителем.

Если последействие длительное, последующий раздражитель вызывает возбуждение на фоне остаточного возбуждения от предшествующего раздражения, и они суммируются. Это уменьшает время реакции. Если последействие имеет среднюю быстроту течения, то при коротких интервалах между двумя положительными сигналами будет наблюдаться суммация возбуждения и укорочение времени реакции, а при длительных интервалах — отрицательная последовательная индукция и увеличение времени реакции. Такая двухволновость изменения времени реакции свидетельствует, что за 5 с (время максимального

интервала) следовые процессы прошли уже две фазы, в то время как в предыдущем случае — только одну. Наконец, если отрицательная фаза индукции встречается уже при коротких интервалах между двумя положительными сигналами, то быстрота течения следовых процессов еще больше; в этом случае время реакции увеличивается уже при коротких интервалах между сигналами.

Субъектов с первым типом реакций можно отнести к инертным по возбуждению, а с третьим типом реакций — к подвижным по возбуждению.

Показателем длительности последействия тормозного раздражителя служит отношение времени реакции на положительный сигнал после тормозного к фоновому времени: если это отношение больше 1, можно говорить об инертности торможения, если меньше 1 (вследствие положительной индукции) — о подвижности торможения.

Существенный недостаток данной методики — то, что подвижность возбуждения и торможения определяется в разных временны́х развертках: для последействия тормозного сигнала используется интервал 0,1 с, а положительного — 0,5 с и больше. Отсюда нельзя сравнить у одного и того же субъекта подвижность возбуждения с подвижностью торможения. Неидентичны и приемы ее определения: если влияние тормозного сигнала на положительный изучать оказывается возможным, то обратное влияние — нет.

Использование методики затруднено еще и по причине громоздкости и сложности аппаратуры, необходимой для исследования.

Кинематометрическая методика (Е. П. Ильин)

Аппаратура, необходимая для исследования. Используется кинематометр Жуковского (лучше применять разборный вариант для удобства транспортировки, см. рис. П.9), который может быть изготовлен в любой мастерской.

Основание прибора представляет собой металлический прямоугольник 10 × 10 см (1), к которому крепятся под прямым углом две граненые металлические полосы около 40 см длиной (2). К свободным концам этих полос прикрепляется дуга (из плотной фанеры) со шкалой от 0 до 90 угловых градусов (3). На металлической стойке (4) основания кинематометра помещена деревянная платформа (5), имеющая верхнюю поверхность в виде желоба, чтобы предплечье обследуемого лежало на ней удобнее. Платформа движется в горизонтальной плоскости, вращаясь на металлической стойке без значительного сопротивления, и перемещает за собой стрелку прибора (6), указывающую своим положением на шкале протяженность выполняемого движения.

Крепится стрелка на стойке с помощью диска (7), а фиксируется к ложу кинематометра двумя металлическими стержнями, ограничивающими стрелку с двух сторон (8). Вывинтив левый стержень, можно добиться того, что после каждого движения стрелка останется на том месте, куда ее привела рука обследуемого. Это на первых порах облегчает получение показателей обследующему со шкалы кинематометра, но вынуждает возвращать стрелку в исходное положение (на 0). Ограничители, укрепленные с обеих сторон на поло-

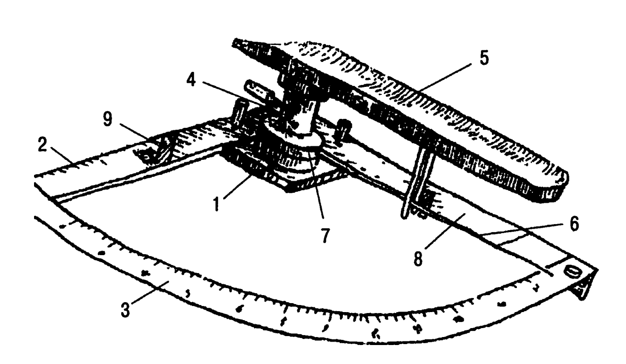


Рис. П.9

Кинематометр Жуковского (обозначения даны в тексте)

сах основания прибора (9), задерживают движение стрелки, а с ней и платформы за пределы шкалы и помогают фиксировать исходное положение руки обследуемого.

Учитывая легкость кинематометра и его возможное смещение при движениях обследуемого, он укрепляется к углу стола за металлические полосы двумя струбцинами.

Процедура исследования. Обследуемый, сидя лицом к столу, помещает предплечье на платформе кинематометра, чтобы воображаемая ось локтевого сустава совпадала с осью вращения платформы. Высоту стула, на котором сидит испытуемый, необходимо отрегулировать в зависимости от роста человека (особенно при обследовании детей), чтобы поза была удобной. Движения рукой (сгибания в локтевом суставе) выполняются плавно, в удобном для человека темпе. Ему предварительно дается возможность освоится с прибором, почувствовать ход платформы, принять удобную позу. После этого объясняется задание.

Закрыв глаза, обследуемый выбирает малую амплитуду движений (в пределах 20–30°) и, согнув руки на выбранную величину, запоминает ее, при этом не открывает глаза и отводит руку в исходное положение. Далее он, не открывая глаз, должен сделать движение с несколько большей амплитудой, чем при первом (эталонном) движении (по инструкции — на 1°), и снова вернуть руку в исходное положение. Для третьего движения дается противоположное задание: уменьшить эталонную (выбранную) амплитуду на 1°. Если, например, в первом движении амплитуда равнялась 24°, то во втором надо сделать движение на 25°, а в третьем — на 23° (в действительности и прибавление амплитуды, и ее уменьшение бывают значительно большими).

На малой амплитуде эта процедура повторяется 4 раза, причем в двух попытках обследуемый после выбора амплитуды сначала прибавляет, а потом убавляет ее, а в двух других сначала уменьшает, а затем увеличивает амплитуду. Важно, чтобы число тех и других попыток было одинаковым.

Та же процедура повторяется и на больших амплитудах (55–70°). Очень большую амплитуду выбирать не следует, поскольку при наращении амплитуды обследуемый может превзойти допустимую (90°) и истинная величина прибавления останется неизвестной. В результате получается следующая программа движений обследуемого.

- На малой амплитуде: I цикл: а) выбрать амплитуду; б) увеличить ее; в) уменьшить ее (повторить 2 раза). II цикл: а) выбрать амплитуду; б) уменьшить ее; в) увеличить ее (повторить 2 раза).
- На большой амплитуде: I и II циклы (как на малой амплитуде) повторяются 2 раза.

Чтобы обследуемый не нарушил порядок чередования движений, экспериментатор перед каждым движением подсказывает, что надо сделать.

Протокол обследования. Протокол обследования указан в табл. П.4. В колонках А суммированы величины прибавления и убавления амплитуд (для двух попыток — $А_1$, и для четырех попыток — на малой и большой амплитуде — $А_2$) без предшествующего противоположного задания (прибавление и убавление в «чистом» виде), в колонках Б — величины прибавления и убавления после выполнения противоположного действия (аналогично колонкам $А_1$ и $А_2$).

Критерии для диагностики. Диагноз о быстроте исчезновения возбуждения и торможения ставится на основании того, как легко развивается противоположный процесс. Если после прибавления дифференциальный порог при убавлении становится меньшим, чем в попытках, где не было предшествовавшего убавлению прибавления (сравниваются величины со знаком минус в колонке Б с колонкой А), то возбуждение после прибавления еще не исчезло и препятствует убавлению амплитуд, т. е. развитию тормозной реакции. Если после прибавления величина убавления остается такой же, как и без предшествующего прибавления, то возбуждение успело уже исчезнуть. Если же величина убавления амплитуд после предшествующего прибавления стала даже больше, чем без него, то возбуждение не только исчезло, но по механизму отрицательной индукции сменилось торможением. На этом фоне убавление происходит в облегченных условиях (рис. П.10).

Таблица П.4

Протокол обследования

<table>
<tr><th rowspan="2">Выбранная амплитуда</th><th colspan="2">Амплитуда при прибавлении и убавлении</th><th colspan="2">Разница в градусах</th><th colspan="2">Сумма разниц</th><th colspan="2">Общая сумма разниц</th></tr>
<tr><th>А</th><th>Б</th><th>А</th><th>Б</th><th>А</th><th>Б</th><th>А</th><th>Б</th></tr>
<tr><td>21</td><td>+23</td><td>−18</td><td>+2</td><td>−3</td><td rowspan="2">+4</td><td rowspan="2">−5</td><td rowspan="4">+4 + 6 = +10</td><td rowspan="4">(−5) + (−8) = = −13</td></tr>
<tr><td>22</td><td>+24</td><td>+20</td><td>+2</td><td>−2</td></tr>
<tr><td>24</td><td>−21</td><td>+27</td><td>−3</td><td>+3</td><td rowspan="2">−7</td><td rowspan="2">+8</td></tr>
<tr><td>20</td><td>−16</td><td>+25</td><td>−4</td><td>+5</td></tr>
<tr><td>63</td><td>+68</td><td>−59</td><td>+5</td><td>−4</td><td rowspan="2">+6</td><td rowspan="2">−8</td><td rowspan="4">(−7) + (−11) = = −18</td><td rowspan="4">+8 + 4 = +12</td></tr>
<tr><td>65</td><td>+66</td><td>−61</td><td>+1</td><td>−4</td></tr>
<tr><td>62</td><td>−57</td><td>+64</td><td>−5</td><td>+2</td><td rowspan="2">−11</td><td rowspan="2">+4</td></tr>
<tr><td>67</td><td>−61</td><td>+69</td><td>−6</td><td>+2</td></tr>
</table>

Таким же образом рассматриваются и соотношения между величинами со знаком плюс. Если после предшествующего убавления величина прибавления уменьшается, то следовой процесс после тормозной реакции еще не исчез, если же величина прибавления одинакова, тормозной процесс исчез. В том случае, если величина прибавления стала больше, то по механизму последовательной индукции отрицательная фаза перешла в положительную и облегчила прибавление амплитуд.

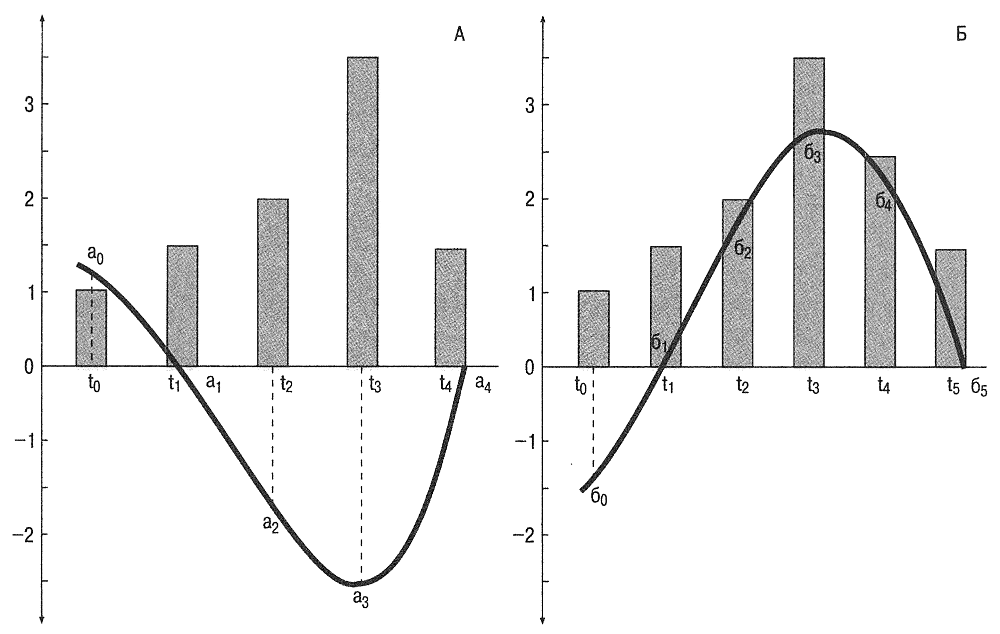


Рис. П.10. Схема, показывающая фазы развития следовых процессов

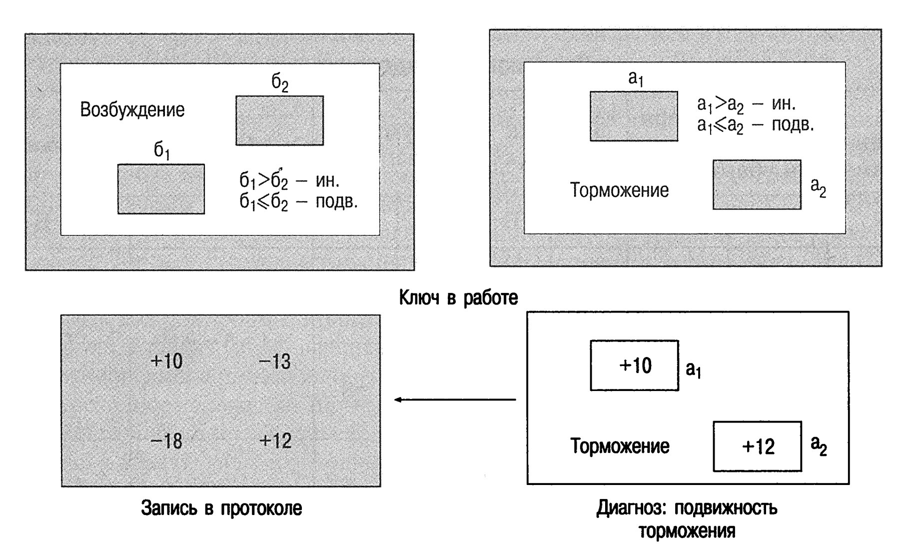


Рис. П.11. Вид ключа для постановки диагноза о подвижности и инертности нервных процессов

Чтобы облегчить постановку диагноза, возможно использовать ключ, лицевая и оборотная сторона которого представлены на рис. П.11.

Чтобы использовать этот ключ, цифрам, представленным нами в примере (общая сумма разниц, отдельно для прибавления на малой и большой амплитуде и для убавления амплитуд), следует дать буквенные обозначения:

$$а_1 + 10 \qquad б_2 - 13$$

$$б_1 - 18 \qquad а_2 + 12$$

Если $б_1$ больше $б_2$, то у субъекта длительно сохраняется процесс возбуждения; если $б_1$ меньше $б_2$, процесс возбуждения исчезает быстро.

Аналогично распознается и длительность сохранения процесса торможения, но уже с помощью сравнения величин при прибавлении амплитуд: если $а_1$ больше $а_2$, у субъекта длительно сохраняется процесс торможения; если $а_1$ меньше $а_2$, процесс торможения исчезает быстро. В первом случае ставится диагноз «инертность нервного процесса», во втором — «подвижность нервного процесса».

Кроме качественного критерия, описанного выше, можно пользоваться количественным, показывающим степень выраженности данного свойства. Он определяется делением $а_2$ на $а_1$ и $б_2$ на $б_1$.

Если получаемое отношение меньше 0,80, субъекта относят к группе с большой инертностью нервного процесса; если оно в диапазоне 0,81–1,20, то к группе со средней степенью инертности; больше 1,20 — к группе с малой инертностью, т. е. к подвижным.

В примере, приведенном в табл. П 4, у испытуемого имеется большая инертность возбуждения и средняя инертность торможения.

Сравнение отношений, полученных по отдельности для процессов возбуждения и торможения, позволяет судить о балансе по их подвижности (инертности). В разбираемом в табл. П.4 случае преобладает подвижность торможения над подвижностью возбуждения.

Графический вариант методики. При отсутствии кинематомера можно использовать графический вариант данной методики. Испытуемому дается задание начертить на миллиметровке с закрытыми глазами маленькую прямую линию. Затем он чертит линии (не открывая глаз), в одном случае больше, а в другом — меньше выбранной. Повторив весь этот цикл движений еще раз, он в следующих двух циклах начинает с убавления выбранной малой протяженности линии, а следующим движением увеличивает выбранную амплитуду.

Малая амплитуда при этом должна быть примерно равна 15–25 мм. То же повторяется на большой амплитуде (70–50 мм).

После выполнения обследуемым задания экспериментатор измеряет протяженность каждой линии с точностью до 0,5 мм и делает такие же расчеты, как и при использовании кинематометрического варианта методики.

Чтобы избежать движения кисти по дуге при выполнении задания с большими амплитудами, целесообразно пользоваться планшеткой с горизонтальной прорезью.

Динамометрический вариант методики. Используется ручной динамометр. Сначала обследуемый, не глядя на него, нажимает с малым (в пределах 15–20 кг для мужчин и 10–15 кг — для женщин) усилием и, запомнив этот уровень, в следующей попытке старается увеличить его на 1–2 кг, в третьей попытке — убавить его на ту же величину. (После каждого нажатия на динамометр стрелка его, естественно, должна быть возвращена экспериментатором в исходное положение.)

Показания динамометра фиксируются в протоколе обследования по приведенной выше схеме с точностью до 1 кг. Аналогичным образом и при больших усилиях.

Данный вариант методики трудно, а порой и невозможно использовать, если у обследуемого (например, ребенка) мышечная сила развита слабо. Тогда при больших усилиях задание может не выполняться, потому что при прибавлении ребенок достигнет максимума возможностей, а при малых усилиях (5–8 кг) нельзя дифференцировать усилия.

Все три варианта методики дают сходные диагнозы подвижности — инертности возбуждения и торможения, что проверялось нами в специальных экспериментах.

Стабильность получаемых при диагностике подвижности нервных процессов результатов проверялась неоднократно. Даже при грубом делении обследуемых только на две группы — «подвижных» и «инертных» (при отсутствии группы со средней степенью подвижности) —диагнозы совпадали в 60–100% случаев при обследовании каждого человека от 5 до 8 раз с перерывами между обследованиями в 1–3 дня.

Существуют и многолетние наблюдения, в течение которых диагноз у обследуемых в большинстве измерений оставался одним и тем же. Особенной стабильностью обладает баланс между подвижностью возбуждения и торможения.

Когда выделяются три зоны подвижности (высокая, средняя и низкая), расхождения в диагнозах становятся еще более редкими, а главное — исчезает повод для недоумения: сегодня обследуемый — «подвижный», а завтра он же — «инертный»; что же это за типология?

Рассмотрим конкретный случай. В табл. П.5 приведены данные на двух субъектов.

Таблица П.5

Степень подвижности возбуждения

№ п/п	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11
Д-с Б.	1,20 ср.	1,34 бол.	0,92 ср.	1,52 бол.	0,65 мал.	0,83 ср.	1,00 ср.	0,66 мал.	0,65 мал.	1,42 бол.	1,16 ср.
А-ва Л.	0,87 ср.	0,68 мал.	0,86 ср.	0,81 ср.	0,37 мал.	0,91 ср.	0,85 ср.	0,78 мал.	0,62 мал.	0,65 мал.	0,93 ср.

Как видно из приведенных данных, у Д-са Б. имеется значительно больший диапазон колебаний степени подвижности — от высокой до низкой, чем у А-вой Л. У последней степень подвижности тоже колеблется от одного обследования к другому, но эти колебания соответствуют разным зонам — от малой до средней, ни разу не перейдя границу зоны высокой подвижности. Следовательно, *изменения типа реагирования (типологических осо-*

бенностей) связаны не с исчезновением изучаемого свойства (подвижности), а с колебаниями величины показателя, который характеризует степень проявления данного свойства, и с условностью выделения нами зон для постановки диагноза.

Повторю, однако, еще раз: хотя степень выраженности свойства подвижности колеблется, наблюдается относительная константность диагнозов.

Методики, определяющие функциональную подвижность через лабильность

Физиологическое обоснование. Методики основаны на определении предельной частоты вспышек возбуждения, соответствующих задаваемой частоте раздражения. Чем большую частоту раздражения способна воспроизвести та или иная система в своем реагировании, тем выше лабильность.

Методика измерения критической частоты световых мельканий (КЧСМ)

Физиологическое обоснование. Критическая частота слияния — это максимальная частота вспышек света, которая воспринимается испытуемым как отдельные мелькания. Переход за эту границу приводит к ощущению сплошного света.

Аппаратура, необходимая для исследования. Существуют многочисленные способы измерения КЧСМ. Я остановлюсь на методике, предполагающей использование нейрохронометра, упоминавшегося ранее.

Процедура исследования. КЧСМ можно измерить, наращивая частоту мельканий (от малой к большой) и снижая частоту мельканий (от большой к малой). Второй способ дает несколько меньший разброс получаемых данных. При исследовании на нейрохронометре испытуемому предъявляются световые мелькания прямоугольной формы с частотой от 7 до 60 Гц. В момент слияния мельканий испытуемый отвечает словом «слитно». При обратном порядке предъявления вспышек света момент появления отдельных мельканий испытуемый сигнализирует словом «раздельно».

Первые попытки определения лабильности считаются пробными. Диагностическое значение имеют 10 последующих попыток (отдельно на слияние и разделение). Мерой лабильности считается среднеарифметическое между частотой слияния и частотой появления отдельных мельканий.

Протокол исследования приводится в табл. П.6.

Таблица П.6

Протокол исследования

Серия исследования	Попытки									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
На слияние	34	33	34	34	33	32	32	33	34	31
На разделение	35	33	34	32	33	35	35	38	35	36
Средняя частота мельканий в серии на слияние — 32,9. Средняя частота мельканий в серии на разбиение — 34,6. Средняя частота по обеим сериям — 33,7.										

Критерии для диагностики. Чем меньше последняя величина, тем ниже лабильность. Н. М. Пейсахов предлагает следующую шкалу для деления обследованных по степени лабильности нервной системы:

- до 38 Гц — низкая лабильность,
- от 38 до 41 Гц — средняя лабильность,
- от 41 Гц и выше — высокая лабильность.

Учитывая, что нижняя граница лабильности равна 18 Гц, а верхняя — 55 Гц, надо отметить произвольность деления на такие зоны. Исследователи основывались на равном числе людей в каждой из зон. Однако такое распределение испытуемых вовсе не является обязательным при измерении многих функций. Кроме того, используемый ими способ деления привел к тому, что для лиц мужского и женскою пола границы указанных зон расходятся по частоте мельканий, а это не позволяет сравнить данные этих контингенты обследованных. Очевидно, правильнее было бы исходить из принципа деления на зоны по абсолютным значениям КЧСМ, например от 18 до 30 Гц, от 31 до 42 Гц и от 43 до 55 Гц.

Благодаря нейрохронометру возможно использовать и звуковой вариант методики. Однако поскольку в диагностике лабильности имеется высокое соответствие, допустимо ограничиться лишь измерением КЧСМ.

В ряде работ установлено, что лабильность обнаруживает более сильные связи с эффективностью деятельности, чем подвижность нервных процессов, поэтому желательно более широкое использование этого показателя функциональной подвижности в практических работах и теоретических исследованиях.

Методики изучения баланса нервных процессов

Кинематометрическая методика изучения «внешнего» баланса (Е. П. Ильин)

Физиологическое обоснование. Методика обусловлена тем, что при росте эмоционального возбуждения заданные для воспроизведения (без участия зрения) амплитуды движений превышают эталонную, а при развитии тормозных состояний они не доходят до нее. Поскольку у одних людей *постоянно* (даже в эмоционально нейтральном состоянии) наблюдаются первое, а у других — второе, для одних типично преобладание возбуждения на эмоционально-мотивационном уровне (или, по крайней мере, возникновение возбудительной реакции при формировании мотива достижения цели), а для других — преобладание торможения (возникновение тормозной реакции в ответ на формирование мотива достижения цели). Преобладание возбуждения или торможения приводит к искаженной оценке эталонной амплитуды движения, в связи с чем и возникает либо превышение, либо недоведение до объективного эталона при попытке испытуемого сделать движение, соответствующее таковому (рис. П.12).

Допустим, что испытуемый совершил движение до ограничителя, равное 20°. Сгибание руки в локтевом суставе, вызванное сокращением мышц, приводит к раздражению находящихся в ней и в суставной сумке проприорецепторов, которые посылают в чувствительные нервные центры задней центральной извилины больших полушарий импульсы — сигнал о том, что произошло движение, равное 20°. Этот сигнал без искажения поступает в аппарат сличения, где происходит его оценивание (т. е. какова была протяженность движения) и превращение его в *субъективный эталон*, руководствуясь которым испытуемый будет воспроизводить данное движение.

У лиц с преобладанием возбуждения субъективный эталон формируется больше реально совершенного движения (например, равный 23° вместо 20), а у людей с преобладанием торможения субъективный эталон формируется меньше реального (например, 18° вместо 20). К сожалению, конкретный механизм такой трансформации неизвестен, но его существование — реальный факт, неоднократно проверенный в экспериментах.

Итак, имея субъективный эталон, например равный 23°, испытуемый начинает воспроизводить заданную амплитуду (естественно, ориентируясь на 23°, а не на 20). Он остано-

вится тогда, когда сигнал о воспроизводимом движении с проприорецепторов покажется ему равным субъективному эталону, т. е. когда из аппарата сличения поступит сигнал об отсутствии рассогласования между реальной величиной сигнала и эталонной. Следовательно, остановка движения произойдет тогда, когда испытуемый совершит движение равное 23°; т. е. случится превышение по сравнению с заданной экспериментатором величиной.

Аналогичным образом развертываются события, если субъективный эталон при преобладании у испытуемого торможения над возбуждением станет меньше реального. Воспроизводиться будет амплитуда, соответствующая субъективному эталону (например, 18°), и, следовательно экспериментатор зафиксирует недоведение до эталона в 2°.

У лиц с преобладанием возбуждения такие превышения, происходящие по указанной причине, наблюдаются на всех амплитудах (большой, средней и малой), а у субъектов с преобладанием торможения — недоведение.

Однако другое объяснение имеют превышение на малой амплитуде и недоведение на большой у лиц с уравновешенностью нервных процессов. В этом случае отчетливо проявляется механизм самооптимизации функциональных систем. Он состоит в стремлении таковых по возможности вернуть свое состояние к оптимальному. Если система получает недостаточное по интенсивности раздражение, далекое от оптимального, она увеличивает возбуждение, компенсируя в известной степени недостающую активацию; если же система получает раздражение больше оптимального, она стремится уменьшить возникающую активацию. Очевидно, нечто подобное происходит и при воспроизведении различных амплитуд (меньше и больше оптимальных).

Аппаратура, необходимая для исследования. Используется разборный вариант кинематометра Жуковского, описанный выше.

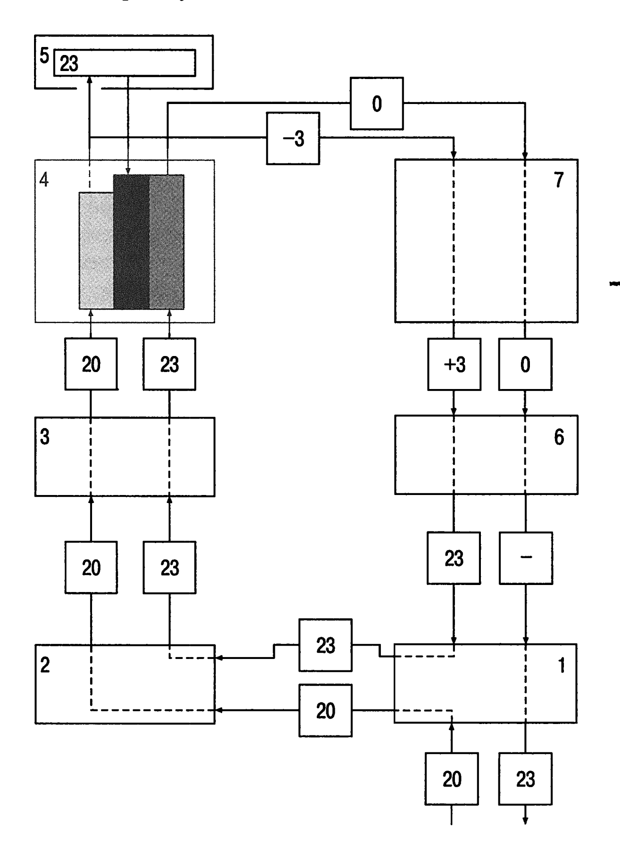


Рис. П.12

Схема, объясняющая превышения при воспроизведении амплитуды движения у лиц с преобладанием возбуждения по «внешнему» балансу: 1 – эффектор (мышца); 2 – проприорецепторы; 3 – чувствительные нервные центры; 4 – аппарат сличения (**светлый столбик слева** – реальная величина сигнала, поступающего для сличения из чувствительных центров; **черный столбик** – субъективный эталон, поступающий из кратковременной памяти; **темный столбик справа** – реальный сигнал при воспроизведении движения); 5 – кратковременная память с искаженным (увеличенным) эталоном; 6 – задающий и программирующий движение аппарат; 7 – двигательные исполнительные центры

Процедура исследования. Обследуемый, сидя прямо перед столом в удобной позе, кладет предплечье правой руки на ложе кинематометра.

Инструкция. Сейчас вы будете сгибать руку в локтевом суставе до ограничителя 5 раз подряд, запоминая протяженность совершаемых движений. Затем я уберу ограничитель, а вашей задачей будет сделать 5 движений (не открывая глаз) точно такой же амплитуды. Старайтесь делать задание как можно точнее. Его следует выполнять 2 раза: на малой и на большой амплитуде.

Ограничитель (например, спичечный коробок) экспериментатор устанавливает сначала на 20°, а затем — на 70. Запоминание амплитуды движений, как и ее воспроизведение, происходит при закрытых глазах испытуемого. При этом испытуемый не должен точно знать величину задаваемой амплитуды, иначе вместо воспроизведения он начнет отмеривать последнюю, опираясь на свое зрительное представление об углах в 20°, 25° и т. д.

Протокол исследования представлен в табл. П.7.

Таблица П.7

Протокол исследования

Заданная амплитуда		Попытки				
		1	2	3	4	5
Малая (20°)	Воспроизведение	22	23	22	24	25
	Величина и знак ошибки	+2	+3	+2	+4	+5
Большая (70°)	Вопроизведение	68	67	69	66	65
	Величина и знак ошибки	–2	–3	–1	–4	–5

Критерии диагностики. Диагноз ставится по соотношению превышения и преуменьшения заданных малых и больших амплитуд. Если, как и в случае, который приведен в протоколе, у субъекта на малой амплитуде наблюдается превышение (переведение), а на большой — преуменьшение (недоведение), то это свидетельствует об уравновешенности нервных процессов. Если на малой и большой амплитуде у субъекта преобладает превышение, ставится диагноз: «преобладание возбуждения». Если на малой и большой амплитуде преобладает недоведение, речь будет идти о «преобладании торможения». Таким образом, можно составить диагностическую таблицу (табл. П.8).

Таблица П.8

Диагностическая таблица

Типологические особенности по «внешнему» балансу	Знак ошибок воспроизведения амплитуд	
	Малая	Большая
Преобладание возбуждения	+	+
Уравновешенность	+	–
Преобладание торможения	–	–
Извращение:		
уравнительная фаза	—	—
парадоксальная фаза	—	—

В этой таблице представлены и варианты, которые возникают, если нервная система субъекта в момент обследования находится в одной из фаз парабиоза по Н. Е. Введенскому. При извращении диагноз не ставится, обследование следует провести на другой день.

Из представленной диагностической таблицы видно, что по одной амплитуде (либо большой, либо малой) диагноз установить нельзя, поскольку превышения на малой амплитуде есть и у уравновешенных, и у лиц с преобладанием возбуждения, а недоведения на большой амплитуде отмечаются и у уравновешенных, и у субъектов с преобладанием торможения.

Три приведенные градации соотношения между возбуждением и торможением (исключая два случая извращений) подчас недостаточны при анализе полученных в исследованиях данных, в частности — для ранжирования испытуемых по степени преобладания одного из нервных процессов. Поэтому была разработана более дифференцированная шкала (табл. П.9), основанная на числе случаев превышения и недоведения — от 10 до 0, а также суммарной их величине (в градусах), т. е. степени выраженности.

Таблица П.9

Вариант	Диагноз	Число переводов и недоводов на амплитудах		Сумма отклонений на амплитудах		Общая сумма
		Малая	Большая	Малая	Большая	
А	Очень большое преобладание возбуждения	+5	+5	+28	+23	+51
Б	Большое преобладание возбуждения	+5	+5 +4 –1	+12	+8	+20
В	Небольшой сдвиг баланса в сторону возбуждения	+5	+3 –2 +2 –3	+12	–3	+9
Г	Уравновешенность	+5 +4 –1	–5	+12	–11	+1
Д	Небольшой сдвиг баланса в сторону торможения	+3 –2 +2 –3	–5	+4	–15	–11
Е	Большое преобладание торможения	–5	–5	–10	–14	–24
Ж	Очень большое преобладание торможения	–5	–5	–19	–22	–41

Если во всех пяти попытках на малой амплитуде и во всех пяти на большой отмечается превышение у нескольких обследованных субъектов, то различная выраженность у них преобладания возбуждения определяется суммой превышения амплитуды (в градусах): чем больше суммарная такая величина по сравнению с заданной амплитудой, тем более преобладание возбуждения (варианты А и Б в таблице).

Когда при воспроизведении большой амплитуды в некоторых попытках появляется недоведение (вместе с превышением во всех попытках при воспроизведении малой амплитуды), это расценивается как проявление небольшого сдвига баланса в сторону возбуждения (вариант В в таблице). И наоборот: если при сохраняющемся доминировании недоведения на большой амплитуде отмечаются отдельные превышения на малой амплитуде, это следу-

ет признать как небольшой сдвиг уравновешенности в сторону торможения (вариант Д в таблице). Степень преобладания торможения при наличии недоведения во всех попытках определяется по суммарной величине такового (в градусах): чем больше эта величина, тем больше преобладание торможения (варианты Е и Ж).

Суммарные величины превышения и недоведения на малых и больших амплитудах (вместе с учетом знака суммы: + или –) определяют место каждого субъекта в ранжированном ряду для данной выборки обследованных.

Суммация числовых значений, получаемых на малой и большой амплитуде, обоснована тем, что эти значения находятся в сопряженных отношениях: чем больше суммарная величина превышений на малой амплитуде, тем меньше суммарная величина недоведений на большой амплитуде, которые при очень большом возбуждении могут вообще исчезать. Вместе с тем чем больше суммарная величина недоведений на большой амплитуде, тем меньше суммарная величина превышений на малой, которые при очень большом торможении могут также исчезать. Поэтому корреляция между суммой отклонений на малой амплитуде и суммой отклонений на большой амплитуде от заданных (эталонных) величин (верхние места в ранжированном ряду занимали субъекты, у которых сумма отклонений была со знаком «+», т. е. с превышением, а нижние — субъекты, у которых сумма отклонений была со знаком «–») оказалась высокозначимой и высокодостоверной ($Kr = +0{,}80$, $p < 0{,}001$, $n = 51$).

Кстати, эти данные подтверждают, что, во-первых, речь идет именно о возбуждающих и тормозящих влияниях и, во-вторых, таковые протекают от одного уровня (эмоционально-мотивационного) на другой, для которого типична реакция уравновешенного типа, т. е. превышение («плюсы») на малой амплитуде и недоведение («минусы») — на большой. Если влияние эмоционально-мотивационного уровня возбуждающее, оно как бы накладывается на «плюсы» и «минусы» уравновешенного типа реагирования, в результате чего «плюсы» увеличиваются на малой амплитуде, а «минусы» уменьшаются на большой амплитуде. Если влияние эмоционально-мотивационного уровня на базовый уровень тормозящее, то, накладываясь на «плюсы» малой амплитуды, оно уменьшает их, а накладываясь на минусы большой амплитуды, их увеличивает.

Следовательно, у лиц с преобладанием возбуждения сумма превышений на малой амплитуде, как правило, больше аналогичной суммы на большой амплитуде. У лиц же с преобладанием торможения сумма недоведений на большой амплитуде больше суммы того же на малой амплитуде.

Следует подчеркнуть, что сначала проводится грубое ранжирование обследованных субъектов (с учетом пяти типологических групп — Б, В, Г, Д, Е), а затем уже внутри каждой группы — более дифференцированное, с учетом общей суммы. Это необходимо делать потому, что суммарный итог иногда не дает правильного представления о балансе и месте субъекта в ранжированном ряду. Например, при сумме отклонений +21° одного субъекта и +17° другого еще не значит, что у первого возбуждение выражено больше, чем у второго. У первого человека сумма складывалась из +28°— на малых амплитудах и –7°— на больших. У второго — из +10° на малых амплитудах и +7°— на больших. Таким образом, первый должен быть отнесен к группе уравновешенных, а второй — к группе с преобладанием возбуждения.

«Внешний» баланс чутко реагирует на изменение эмоционального состояния людей, поэтому его можно использовать и при изучении состояний. Однако если измерять баланс в эмоционально нейтральном состоянии (спокойном), то константность данной типологии для этого субъекта будет отчетливой. Коэффициенты константности в абсолютном большинстве случаев достоверны на уровне 0,01 и находятся в пределах 0,42–0,66 (Е. П. Ильин, 1976).

Графический вариант методики. Вместо кинематометра можно использовать лист бумаги карандаши: испытуемый чертит, закрыв глаза, короткую и длинную прямые линии и воспроизводит их не открывая глаз графически на бумаге (одна линия чертится под дру-

гой). Малая линия должна находиться в пределах 15–20 мм, а длинная — 45–60 мм. Длина линий выбирается самим испытуемым, а не задается экспериментатором, как на кинематометре. В остальном процедура исследования и критерии постановки типологического диагноза те же, что и в кинематометрической методике.

Динамометрический вариант методики. Можно использовать обычный ручной динамометр. Испытуемому нужно нажать на динамометр с малым усилием (первоначально он должен узнать, какова его максимальная сила), а затем постараться повторить это 5 раз. Затем обследуемого просят нажать на динамометр с большим (но не максимальным!) усилием, и снова он должен повторить его 5 раз. Динамометрические показатели заносятся в протокол исследования. Диагностика такая же.

Кинематометрическая методика изучения «внутреннего» баланса (Е. П. Ильин)

Физиологическое обоснование. Изучая зависимость точности дифференцирования амплитуд и усилий от их величины (при попытке как можно меньше прибавить и как можно меньше убавить), я столкнулся с тем фактом, что некоторые испытуемые не могли выполнить полностью предложенное им задание: у одних не получалось прибавление, у других — убавление. Так родилась мысль сравнивать величины прибавления и убавления амплитуд и усилий и у тех испытуемых, которые выполняли задание полностью, т. е. и прибавляли и убавляли амплитуды и усилия. Оказалось, что для разных испытуемых убавление и прибавление по сравнению с одной и той же величиной параметра представляет разное по сложности задание: одни на всех амплитудах (малых, больших, средних) прибавляют больше, чем убавляют, а другие, наоборот: на всех амплитудах больше убавляют, чем прибавляют. Выделяется и третья группа, в которую входят те, кто на малых амплитудах прибавляет больше, чем убавляет, а на больших, наоборот: убавляет больше, чем прибавляет (рис. П.13).

Все это напоминало деление людей на три группы при изучении «внешнего» баланса, поэтому возникло предположение, что здесь тоже проявляется какой-то баланс между нервными процессами. Лица, у которых прибавление оказалось большим, чем убавление, были приняты за тех, у кого возбуждение преобладает над торможением. Лица, у которых убавление выявлено большим, чем прибавление (на всех амплитудах или усилиях), были отнесены к тем, у кого преобладает процесс торможения. Третья группа — уравновешенные. Получены также свидетельства, что этот вид баланса нетождествен «внешнему», и в

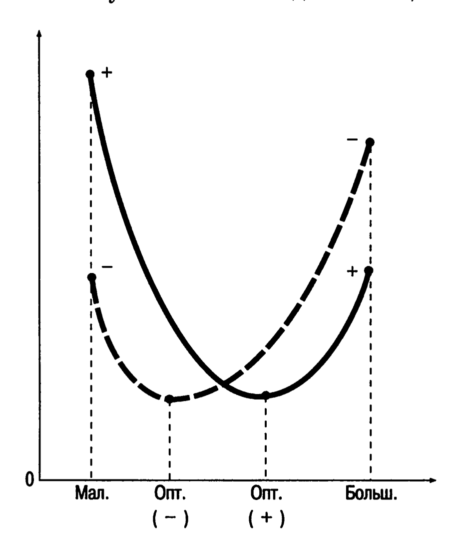


Рис. П.13

Изменение дифференциальных порогов при прибавлении и убавлении выбранной (заданной) амплитуды движения

связи с особенностями его проявления в поведении и деятельности (о чем сказано выше) он был назван «внутренним» балансом.

Рассматривая физиологическую сущность «внутреннего» баланса, важно учитывать, что задача увеличения параметров (амплитуды или усилия) на незначительную по сравнению с эталоном величину неравнозначна задаче такого же уменьшения параметра. Здесь проявляются разные возможности в зависимости от того, какой нервный процесс превалирует (в случае нарушения баланса) и насколько величина дифференцируемого параметра удалена от оптимальной (в случае уравновешенности нервных процессов). Остановлюсь на последнем случае подробнее.

Как видно из рис. П.13, у лиц, отнесенных к уравновешенным, при малых усилиях убавление меньше, чем прибавление, при больших — наоборот: меньше прибавление. Вместе с тем общий ход кривых и при прибавлении, и при убавлении в зависимости от величины усилия одинаков: чем ближе к средней (оптимальной), тем более точным становится и то и другое. Надо признать, что здесь отпадает следующее объяснение: на малых амплитудах (т. е. при малой активации нервной системы импульсами с проприорецепторов) преобладает процесс возбуждения, поэтому прибавление больше, чем убавление. Такая интерпретация нелогична: придется признать, что выполнение движений с большой амплитудой или усилием (т. е. при большей *активации* нервной системы импульсами с проприорецепторов) преобладает процесс торможения. Очевидно, надо искать другую причину инверсии соотношения величин прибавления и убавления на малых и больших усилиях или амплитудах движений.

Я вновь исходил из того, что существуют оптимальные величины дифференцируемых параметров, а точность дифференцирования обусловлена удаленностью от оптимальной зоны: чем дальше от нее этотй параметр от нее, тем дифференцирование хуже, т. е. больше прибавление или убавление параметра.

На рис. П.13 видно, что оптимальная величина усилия для прибавления больше, чем для убавления. Соответственно малые значения параметра (усилия или амплитуды) дальше от оптимума в случае с прибавлением и ближе при убавлении, а большие значения параметра оказываются ближе к оптимальному для прибавления и удаленнее, когда дело касается убавления. Следовательно, точнее должно выполняться задание на малых амплитудах или усилиях при их убавлении, а на больших амплитудах или усилиях — при их прибавлении.

Подобная инверсия отмечена многими авторами. Так, А. Пьерон (1945) выявил, что время реакции при малой величине раздражителя больше при его прекращении, чем появлении. При увеличении интенсивности картина была обратная. То же обнаружил и А. Н. Васильев (1960), причем он показал, что при средней интенсивности сигнала различий во времени реакции на появление и исчезновение сигнала нет. А. А. Гидиков (1964) установил ту же закономерность при увеличении и уменьшении ускорения движущегося объекта и реакции на эти изменения испытуемых: при ускорении в 0,25 см/с^2 и начальной скорости 1 см/с латентный период был меньше при отрицательном ускорении, а при той же начальной скорости, но большом ускорении (1,0 см/с^2) латентный период становится меньше при положительном ускорении. Такие же инверсии наблюдались и при больших исходных скоростях.

Таким образом, нет никаких сомнений, что при прибавлении и убавлении амплитуд или усилий явно наблюдается уравновешенный тип. Он отражает общефизиологическую закономерность, проявляющуюся при выполнении людьми и других заданий, в которых присутствуют возбудительные и тормозные сигналы. Однако однозначного толкования эти факты не получили.

Некоторые авторы пытались объяснить их наличием специфических рецепторных структур, одни из которых реагируют на появление или увеличение силы раздражителя, а другие — на исчезновение или уменьшение силы раздражителя. Однако в дальнейшем такая точка зрения была подвергнута критике.

Например, А. Н. Васильев объясняет смену отношений между величинами латентного периода на появление и исчезновение раздражителя следующим образом. В случае реакции на прекращение раздражителя в коре головного мозга суммируется возбуждение, возникающее в ответ на появление и прекращение раздражителя. При малой интенсивности последнего суммарное возбуждение будет больше, чем возникающее только в ответ на появление раздражителя. Поэтому латентный период ответа на исчезновение малого раздражителя короче, чем на его появление. При большой интенсивности раздражителя суммация возбуждения от появления и исчезновения раздражителя, достигнув предельного уровня, приводит к возникновению запредельного торможения. Соответственно на исчезновение раздражителя латентный период становится большим, чем при появлении раздражителя, когда эффект суммации отсутствует.

Однако такому объяснению противоречит факт, имеющийся в таблицах, приводимых А. Н. Васильевым: латентный период как при появлении, так и при исчезновении раздражителя был короче при больших величинах раздражителя. Следовательно, о возникновении запредельного торможения не может быть и речи: ведь наличие такового должно было увеличить латентный период по сравнению с его величиной при исчезновении малого по интенсивности раздражителя. Согласно же данным А. Н. Васильева, латентный период при исчезновении малого по интенсивности раздражителя оказался большим, чем латентный период при исчезновении большого по интенсивности раздражителя.

Нельзя не упомянуть и о представлениях П. В. Симонова (1962) о наличии двух свойств нервных клеток — возбудимости и тормозимости — и изменении соотношения между ними по мере их роста.

Рассмотрим теперь, почему у лиц с преобладанием возбуждения прибавление больше, чем убавление, а у лиц с преобладанием торможения — наоборот.

Предположим, что испытуемый при выборе эталонной амплитуды совершил сгибание руки на 20°. Из-за преобладания возбуждения эта амплитуда будет воспринята как большая, предположим на 4°. Тогда реальная амплитуда превращается в субъективный эталон, равный 24°, по отношению к которому обследуемый будет прибавлять амплитуду и убавлять ее. Допустим, что такое прибавление и убавление от субъективного эталона составит по 6°. Тогда в действительности при прибавлении его движение будет равно 20 + 4 + 6 = 30°, а при убавлении 20 + 4 – 6 = 18°. Таким образом, по отношению к выбранной амплитуде он прибавит 10°, а убавит 2°.

То же самое произойдет и при прибавлении и убавлении большой амплитуды, если объективный эталон (выбранная обследуемым амплитуда движения) превращается в субъективный, больший, например, на 6°. Прибавляя, обследуемый совершит движение на 74° (60 + 6 + 8), а убавляя — на 58° (60 + 6 – 8). Опять прибавление (+14) больше, чем убавление (–2).

В случае преобладания торможения соотношения обратные. Объективный эталон, равный 20°, превратившись в субъективный, покажется обследуемому меньшим, например, на 4°. Тогда, прибавив к нему, допустим, 6°, обследуемый совершит движение, равное 22° (20 – 4 + 6), а убавив от него 6°, сделает движение, равное 10° (20 – 4 – 6). Таким образом, по отношению к выбранной амплитуде обследуемый прибавит 2°, а убавит 10°, т. е. убавление в этом случае больше, чем прибавление.

Такие же соотношения по той же причине выявятся и на большой амплитуде.

Процедура исследования. Специальной процедуры для определения типологических особенностей проявления «внутреннего» баланса не требуется. Используются данные, получаемые при проведении теста на подвижность нервных процессов. Для постановки диагноза используются только данные из левой части колонки «Сумма разниц». Обратимся к данным, приведенным выше при описании кинематометрической методики для изучения подвижности нервных процессов (табл. П.4).

Сравнив величину прибавления и убавления в первой (левой) колонке на малой и большой амплитуде, можно заметить: и на той, и на другой амплитуде величина убавления

была больше, чем прибавления. Именно эти данные нужны для постановки диагноза о «внутреннем» балансе, поскольку они не отмечены влиянием предшествующего развития противоположного процесса, т. е. подвижности или инертности нервных процессов (как данные в правой колонке, которые потому в данном тесте во внимание не принимаются).

Сумма разниц на малой амплитуде	+4 −7
Сумма разниц на большой амплитуде	+6 −11

Критерии диагностики. Диагноз о «внутреннем» балансе ставится на основании сравнения сумм прибавления и убавления малых амплитуд (в нашем случае +4 с −7) и больших амплитуд (+6 с −10). Если на малых и больших амплитудах сумма прибавлений превышает убавление на 2° и более, ставится диагноз «преобладание возбуждения» (табл. П.10). Если на малых и больших амплитудах сумма убавления превышает сумму прибавлений, диагноз — «преобладание торможения». Если на малых амплитудах больше сумма прибавлений, а на больших амплитудах больше сумма убавлений, это «уравновешенность нервных процессов».

Таблица П.10

Вариант	Типологические особенности	Суммарные величины			
		на малых амплитудах		на больших амплитудах	
		Прибавление	**Убавление**	**Прибавление**	**Убавление**
А	Преобладание возбуждения	Больше	Меньше	Больше	Меньше
Б	Уравновешенность со сдвигом в сторону возбуждения	Больше	Меньше	Одинаковые	
В	Уравновешенность	Больше	Меньше	Меньше	Больше
Г	Уравновешенность со сдвигом в сторону торможения	Одинаковые	Меньше	Больше	
Д	Преобладание торможения	Меньше	Больше	Меньше	Больше
Е	Извращение	Меньше	Больше	Больше	Меньше

В таблице приведены и промежуточные градации баланса (уравновешенность в сторону либо возбуждения, либо торможения), которые важны при изучении сдвига баланса в том или ином состоянии субъекта, но которые встречаются и при типологической диагностике.

Для более дифференцированного деления субъектов по степени выраженности «внутреннего» баланса можно пользоваться следующей схемой (табл. П.11).

Место субъекта в ранжированном ряду определяется величиной и знаком разницы между суммарными величинами прибавления и убавления на малой и большой амплитуде: чем больше сумма разниц со знаком «+», тем очевиднее преобладает процесс возбуждения; чем больше сумма разниц со знаком «−», тем более явным преобладание процесса тормо-

жения. При уравновешенности место обследованного в ранжированном ряду определяется путем сравнения разниц между прибавлением и убавлением на малой и большой амплитудах: чем больше разница со знаком «+» (на малой амплитуде) и меньше разница со знаком «–» (на большой амплитуде), тем выше место обследуемого в ранжированном ряду. Например, субъект А, имеющий на малой амплитуде разницу между прибавлением и убавлением +15, а на большой амплитуде разницу — 6, займет место выше, чем субъект Б, у которого эти разницы равны соответственно +10 и –16, ибо у первого сумма таковых равна +9, а у второго — –6.

Таблица П.11

Вариант	Типологические особенности	Суммарные величины						Сумма
		на малой амплитуде			на большой амплитуде			
		Прибавление	Убавление	Разница	Прибавление	Убавление	Разница	
А	Большое преобладание возбуждения	+28	–3	+25	+25	–5	+20	+45
Б	Преобладание возбуждения	+21	–6	+15	+16	–8	+8	+24
В	Сдвиг в сторону возбуждения	+17	–7	+10	+11	–11	0	+10
Г	Уравновещенность	+10	–6	+4	+7	–18	–11	–7
Д	Сдвиг в сторону торможения	+8	–8	0	+6	–24	–18	–18
Е	Преобладание торможения	+7	–12	–5	+5	–21	–16	–21
Ж	Большое преобладание торможения	+4	–20	–16	+3	–27	–24	–40

В ряде исследований при ранжировании испытуемых по балансу выше ставят уравновешенных, ниже — неуравновешенных. Это неправомерно. Первые места должны занимать лица с преобладанием возбуждения, затем уравновешенные и внизу ряда — лица с преобладанием торможения.

Графический и динамометрический варианты методики. Изучение «внутреннего» баланса, как и подвижности нервных процессов, можно проводить с помощью регистрации протяженности движений на бумаге или с помощью динамометра, фиксируя получаемые данные по схеме, описанной выше.

В случае выявления у субъекта варианта Е (табл. П.10), т. е. извращения обычной закономерности, диагноз не ставится, диагностирование повторяется.

«Внутренний» баланс проявляет довольно большую стабильность: коэффициенты корреляции между повторными испытаниями в большинстве случаев достигали величин 0,46–0,52 и даже 0,81 при уровне достоверности от 0,05 до 0,001.

8. Методики выявления стилей перцептивно-интеллектуальной деятельности

Методика «Анализ учителем стиля своей педагогической деятельности»

Методика создана на основе типологии, разработанной А. М. Марковой и А. Я. Никоновой, и опубликована в книге: *Рогов Е. И.* Настольная книга практического психолога. Кн. 2. М.: Владос, 1998.

Она позволяет выявить:

- эмоционально-импровизационный стиль (ЭИС),
- эмоционально-методичный стиль (ЭМС),
- рассуждающе-импровизационный стиль (РИС),
- рассуждающе-методичный стиль (РМС).

Инструкция. Ответы на нижеследующие вопросы помогут Вам выявить свой стиль работы. Для этого в предлагаемом вопроснике отметьте галочками варианты ответов, подходящие Вам (при совпадении 2–3 вариантов отмечайте все колонки). Подсчитав количество галочек в каждой колонке, Вы можете определить, какой стиль работы у Вас преобладает (это покажет колонка с наибольшим количеством галочек).

№	Вопросы	ЭИС	ЭМС	РИС	РМС
1	Вы составляете подробный план урока?	–	+	–	+
2	Вы планируете урок лишь в общих чертах?	+	–	+	–
3	Часто ли Вы отклоняетесь от плана урока?	+	+	+	–
4	Отклоняетесь ли Вы от плана, заметив пробел в знаниях учащихся или трудности в усвоении материала?	–	+	+	+
5	Вы отводите большую часть урока объяснению нового материала?	+	+	–	–
6	Вы постоянно следите за тем, как усваивается новый материал в процессе объяснения?	–	+	+	+
7	Часто ли Вы обращаетесь к учащимся с вопросами в процессе объяснения?	–	+	+	+
8	В процессе опроса много ли времени Вы отводите ответу каждого ученика?	–	–	+	+
9	Вы всегда добиваетесь абсолютно правильных ответов?	–	+	+	+

Продолжение табл.

№	Вопросы	ЭИС	ЭМС	РИС	РМС
10	Вы всегда добиваетесь, чтобы опрашиваемый самостоятельно исправил свой ответ?	–	–	+	+
11	Вы часто используете дополнительный учебный материал при объяснении?	+	+	+	–
12	Вы часто меняете темы работы на уроке?	+	+	–	–
13	Допускаете ли Вы, чтобы опрос учащихся спонтанно перешел в коллективное обсуждение или объяснение нового учебного материала?	+	–	+	–
14	Вы сразу отвечаете на неожиданные вопросы учащихся?	+	–	–	–
15	Вы постоянно следите за активностью всех учащихся во время опроса?	–	+	–	–
16	Может ли неподготовленность или настроение учащихся во время урока вывести Вас из равновесия?	+	+	–	–
17	Вы всегда укладываетесь в рамки урока?	–	–	+	+
18	Вы строго следите за тем, чтобы учащиеся отвечали и выполняли проверочные работы самостоятельно, без подсказок, не подглядывая в учебник?	–	+	–	+
19	Вы всегда подробно оцениваете каждый ответ?	–	+	+	+
20	Резко ли различаются Ваши требования к сильным и слабым ученикам?	+	–	–	–
21	Часто ли Вы поощряете за хорошие ответы?	+	+	+	–
22	Часто ли Вы порицаете учащихся за плохие ответы?	–	+	–	+
23	Часто ли Вы контролируете знания учащихся?	–	+	–	+
24	Часто ли Вы повторяете пройденный материал?	–	+	+	+
25	Вы можете перейти к изучению следующей темы, не будучи уверенным, что предыдущий материал усвоен всеми учащимися?	+	–	+	–
26	Как Вы думаете, обычно учащимся интересно у Вас на уроках?	+	+	+	–
27	Как Вы думаете, обычно учащимся приятно бывать на Ваших уроках?	+	+	+	–
28	Вы постоянно поддерживаете высокий темп урока?	+	+	–	–
29	Вы сильно переживаете невыполнение учащимися домашнего задания?	–	+	–	–
30	Вы всегда требуете четкого соблюдения дисциплины на уроке?	–	+	–	+

№	Вопросы	ЭИС	ЭМС	РИС	РМС
31	Вас отвлекает «рабочий шум» на уроке?	–	+	–	+
32	Вы часто анализируете свою деятельность на уроке?	–	+	–	+
33	Вы всегда сами исправляете ошибки учащихся?	+	+	–	–

Интерпретация полученных данных

Эмоционально-импровизационный стиль. Вы обладаете многими достоинствами: высоким уровнем знаний, артистизмом, контактностью, проницательностью, умением интересно преподать учебный материал, увлечь учеников преподаваемым предметом, руководить коллективной работой, варьировать разнообразные формы и методы обучения. Ваши уроки отличает благоприятный психологический климат.

Однако вашу деятельность характеризуют и определенные недостатки: отсутствие методичности (недостаточная представленность закрепления и повторения учебного материала, контроля знаний учащихся), возможно, также недостаточное внимание к уровню знаний слабых учеников, недостаточная требовательность, завышенная самооценка, демонстративность, повышенная чувствительность, что обусловливает вашу чрезмерную зависимость от ситуации на уроке.

В результате у ваших учеников стойкий интерес к изучаемому предмету и высокая познавательная активность сочетаются с непрочными знаниями, недостаточно сформированными навыками учения.

Преодолеть эти недостатки в ваших силах.

Рекомендуем Вам несколько уменьшить количество времени, отводимого объяснению нового материала; в процессе объяснения тщательно контролировать, как усваивается материал (для этого через определенные промежутки времени можно обращаться к учащимся с просьбой повторить сказанное или ответить на вопросы). Никогда не переходите к изучению нового материала, не будучи уверенным, что предыдущий усвоен всеми учениками. Внимательно относитесь к уровню знаний слабых учеников. Тщательно отрабатывайте весь учебный материал, уделяя большое внимание закреплению и повторению. Не бойтесь и не избегайте «скучных» видов работы — отработки правил, повторения.

Старайтесь активизировать учащихся не внешней развлекательностью, а вызвать у них интерес к особенностям самого предмета.

Во время опроса больше времени отводите ответу каждого из учеников, добивайтесь правильного ответа, никогда не исправляйте сразу ошибки: пусть допустивший их сам четко сформулирует и исправит свой ответ, а Вы помогайте ему уточнениями и дополнениями. Всегда давайте подробную и объективную оценку каждому ответу.

Повышайте требовательность. Следите, чтобы учащиеся отвечали и выполняли проверочные работы самостоятельно, без подсказок и подглядывания.

Старайтесь подробно планировать урок, выполнять намеченный план и анализировать свою деятельность на уроке.

Эмоционально-методичный стиль. Вас отличают очень многие достоинства: высокий уровень знаний, контактность, проницательность, высокая методичность, требовательность, умение интересно преподать учебный материал и активизировать учеников, возбудив у них интерес к особенностям предмета, умелое использование и варьирование форм и методов обучения.

В результате у ваших учащихся прочные знания сочетаются с высокой познавательной активностью и сформулированными навыками ученика.

Однако Вам свойственны и некоторые недостатки: несколько завышенная самооценка, некоторая демонстративность, повышенная чувствительность, обусловливающие вашу излишнюю зависимость от ситуации на уроке, настроения и подготовленности учащихся.

Рекомендуем Вам стараться меньше говорить на уроке, давая возможность в полной мере высказаться Вашим учащимся, не исправлять сразу неправильные ответы, а с помощью многочисленных уточнений, дополнений, подсказок добиваться, чтобы опрашиваемый сам исправил и оформил свой ответ. Собственные формулировки предлагайте лишь в том случае, когда это действительно необходимо.

По возможности старайтесь проявлять больше сдержанности.

Рассуждающе-импровизационный стиль. Вы обладаете очень многими достоинствами: высоким уровнем знаний, контактностью, проницательностью, требовательностью, умением ясно и четко преподать учебный материал, внимательным отношением к уровню знаний всех учащихся, объективной самооценкой, сдержанностью.

У ваших учащихся интерес к изучаемому предмету сочетается с прочными знаниями и сформированными навыками учения. Однако вашу деятельность характеризуют и определенные недостатки: недостаточно широкое варьирование форм и методов обучения, недостаточное внимание к постоянному поддержанию дисциплины на уроке.

Вы много времени отводите ответу каждого из учеников, добиваетесь, чтобы он детально сформировал свой ответ, объективно оцениваете его, что повышает эффективность вашей деятельности. В то же время подобная манера ведения опроса обусловливает некоторый замедленный темп урока. Этот недостаток можно компенсировать, шире используя разнообразные методы работы.

Рекомендуем Вам чаще практиковать коллективные обсуждения, проявлять больше изобретательности в подборе увлекающих учащихся тем.

Также советуем проявлять больше нетерпимости к нарушениям дисциплины на занятии. Сразу и строго потребуйте тишины на каждом уроке, и в конечном счете Вам не придется делать такого количества дисциплинарных замечаний.

Рассуждающе-методичный стиль. Вы обладаете многими достоинствами: высокой методичностью, внимательным отношением к уровню знаний всех учащихся, высокой требовательностью.

Однако вашу деятельность характеризуют и определенные недостатки: неумение постоянно поддерживать у учеников интерес к изучаемому предмету, использование стандартного набора форм и методов обучения, предпочтение репродуктивной, а не продуктивной деятельности учащихся, нестабильное эмоциональное отношение к ним.

В результате у ваших учеников сформированные навыки учения и прочные знания сочетаются с отсутствием интереса к изучаемому предмету. Пребывание на ваших уроках для многих из них томительно и не всегда интересно. На ваших занятиях нередко отсутствует благоприятный психологический климат.

Преодолеть эти недостатки в ваших силах.

Рекомендуем Вам больше поощрять хорошие ответы, менее резко порицать плохие. Ведь от эмоционального состояния ваших учащихся в конечном счете зависят и результаты их обучения.

Постарайтесь расширить свой арсенал методических приемов, шире варьировать разнообразные формы занятий. Если Вы преподаете иностранный язык, не ограничивайтесь лишь репродуктивными видами работы: заучиванием наизусть текстов, зазубриванием правил. Если Вы будете использовать только их, ваши учащиеся потеряют интерес к предмету, а самое главное — их будет отличать слабая ориентация в языке. Старайтесь использовать различные упражнения для активизации навыков речи: ситуативные диалоги, языковые игры, песни, стихотворения, диафильмы. Если Вы преподаете гуманитарные предметы, почаще практикуйте коллективные обсуждения, выбирайте для них темы, которые могут увлечь учащихся.

Методики выявления когнитивных стилей

Тест замаскированных фигур (Embedded Figures Test, EFT)

Предназначен для определения перцептивного стиля личности: зависимости—независимости от поля зрения. Разработан Г. Виткиным в 1954 г. на основе известных фигур К. Готтшальда (1926).

Материал, используемый при тестировании, состоит из 8 простых черно-белых геометрических фигур, 23 сложных цветных фигур и 1 сложной черно-белой фигуры. В каждой из сложных фигур замаскирована одна из простых. Обследуемый должен обнаружить простые фигуры внутри сложных. Быстрое их обнаружение свидетельствует о поленезависимости, медленное — о полезависимости (время ограничивается 5 минутами).

Тест Торндайка (ТТ)

Может использоваться для выявления обобщенной характеристики когнитивного стиля — активности и пассивности. Активный подход связан со стремлением реорганизовывать поле восприятия, расчленять его на отдельные элементы, находить стратегию поиска; пассивный подход — это тенденция следовать полю как данному.

Задача испытуемого — отыскать 10 заданных трехзначных чисел среди фонового материала (100 трехзначных чисел). Те испытуемые, кто после 2–3 проб улавливает порядок последовательности искомых чисел, очень легко могут сознательно ускорить процесс нахождения эталонных чисел.

При выполнении теста испытуемые проявляют разные стили:

- систематический (последовательно просматриваются все числа);
- оптимальный (активный): поиск сознательно организован и упорядочен в соответствии с предполагаемой последовательностью расположения искомых чисел;
- хаотичный (испытуемый наугад смотрит в разные зоны фонового материала).

Тест «Сравнение сходных изображений» Кагана

Используется для изучения такой стилевой характеристики, как рефлексивность—импульсивность. Испытуемому предъявляются 12 таблиц, на каждой из которых сверху находится изображение фигуры-эталона, а внизу располагаются в 2 ряда 8 почти идентичных изображений этой фигуры, из них только одно полностью соответствует эталону. Испытуемый должен найти его. Показателем импульсивности—рефлексивности служат время первого ответа и общее число ошибок. Чем короче первое и больше второе, тем более выражена у испытуемого импульсивность.

Словесно-цветовой тест Дж. Струпа

Предназначен для диагностики такого когнитивного стиля, как ригидность—гибкость познавательного контроля. Испытуемый должен называть цвет чернил (туши, фломастера), которыми написаны слова, обозначающие тот или иной цвет. При этом цвет чернил и цвет, обозначаемый словом, не соответствуют друг другу.

Тест кажущегося движения

С его помощью выявляют толерантность к нереалистическому опыту. Испытуемому показывают два отдельных кадра с изображением лошади и объясняют, что при быстром чередовании этих кадров возникает ощущение движения животного. В условиях основного эксперимента частота чередования кадров постепенно увеличивается так, что на первом этапе испытуемый видит две чередующиеся фигуры лошадей, на втором — одну движущуюся лошадь, а на третьем — две одновременно мелькающие фигуры лошадей. Основным

показателем выступает длительность периода, в течение которого испытуемый видит движущуюся лошадь. Чем быстрее он допускает в свое сознание эффект движения лошади, тем выше его толерантность.

Метод репертуарных решеток Дж. Келли

Используется для диагностики такого когнитивного стиля, как когнитивная простота — когнитивная сложность. Метод сложный и трудоемкий. Желающим ознакомиться с ним следует обратиться к книге Дж. Келли (2000).

Опросник для определения типов мышления и уровня креативности

Источник: Практикум по психологии менеджмента и профессиональной деятельности / Под ред. Г. С. Никифорова и др. СПб., 2003. Занятие 35.

Инструкция. Экспериментатор зачитывает утверждения, а испытуемые в протоколе занятия (форма 1) отмечают свое согласие или несогласие рядом с номером утверждения соответственно знаками «+» или «–».

Протокол занятий

	1	2	3	4	5
	1	2	3	4	5
	6	7	8	9	10
	11	12	13	14	15
	16	17	18	19	20
	21	22	23	24	25
	26	27	28	29	30
	31	32	33	34	35
	36	37	38	39	40
	41	42	43	44	45
	46	47	48	49	50
	51	52	53	54	55
	56	57	58	59	60
	61	62	63	64	65
	66	67	68	69	70
	71	72	73	74	75
Сумма					

Текст опросника

1. Мне легче что-либо сделать, чем объяснить, почему я так сделал.
2. Я люблю составлять программы для компьютера.
3. Я люблю читать художественную литературу.

4. Я люблю живопись (скульптуру).
5. Я не предпочел бы работу, в которой все четко определено.
6. Мне проще усвоить что-либо, если я имею возможность манипулировать предметами.
7. Я люблю шахматы, шашки.
8. Я легко излагаю свои мысли как в устной, так и в письменной форме.
9. Я хотел бы заниматься коллекционированием.
10. Люблю и понимаю абстрактную живопись.
11. Я скорее хотел бы быть слесарем, чем инженером.
12. Для меня алгебра интереснее, чем геометрия.
13. В художественной литературе для меня важнее не что сказано, а как сказано.
14. Я люблю посещать зрелищные мероприятия.
15. Мне не нравится регламентированная работа.
16. Мне нравится что-либо делать своими руками.
17. В детстве я любил создавать свой шифр для переписки с друзьями.
18. Я придаю большое значение форме выражения мыслей.
19. Мне трудно передать содержание рассказа без его образного представления.
20. Не люблю посещать музеи, так как все они одинаковы.
21. Любую информацию я воспринимаю как руководство к действию.
22. Меня больше привлекает товарный знак фирмы, чем ее название.
23. Меня привлекает работа комментатора радио, телевидения.
24. Знакомые мелодии вызывают у меня в голове определенные картины.
25. Люблю фантазировать.
26. Когда я слушаю музыку, мне хочется танцевать.
27. Мне интересно разбираться в чертежах и схемах.
28. Мне нравятся уроки литературы.
29. Знакомый запах вызывает всю картину событий, происшедших много лет назад.
30. Разнообразные увлечения делают жизнь человека богаче.
31. Истинно только то, что можно потрогать руками.
32. Я предпочитаю точные науки (математику, физику).
33. Я за словом в карман не лезу.
34. Люблю рисовать.
35. Один и тот же спектакль можно смотреть много раз, главное — игра актеров, новая интерпретация.
36. Мне нравилось в детстве собирать механизмы из деталей конструктора.
37. Мне кажется, что я смог бы изучить стенографию.
38. Мне нравится читать стихи вслух.
39. Я согласен с Ф. М. Достоевским, что красота спасет мир.
40. Я предпочел бы быть закройщиком, а не портным.
41. Лучше сделать табуретку руками, чем заниматься ее проектированием.
42. Мне кажется, что я смог бы овладеть профессией программиста.
43. Люблю поэзию.
44. Прежде чем изготовить какую-то деталь, я делаю чертеж.
45. Мне больше нравится процесс деятельности, чем ее конечный результат.
46. Для меня лучше поработать в мастерской, нежели изучать чертежи.
47. Мне интересно было бы расшифровать древние тайнописи.
48. Если мне нужно выступить, то я всегда готовлю свою речь, хотя уверен, что найду необходимые слова.

49. Больше люблю решать задачи по геометрии, чем по алгебре.
50. Даже в отлаженном деле пытаюсь творчески изменить что-то.
51. Я люблю дома заниматься рукоделием, мастерить.
52. Я смог бы овладеть языками программирования.
53. Мне нетрудно написать сочинение на заданную тему.
54. Мне легко представить образ несуществующего предмета или явления.
55. Сомневаюсь даже в том, что для других очевидно.
56. Я предпочел бы сам отремонтировать утюг, нежели нести его в мастерскую.
57. Я легко усваиваю грамматические конструкции языка.
58. Люблю писать письма.
59. Сюжет кинофильма могу представить как ряд образов.
60. Абстрактные картины дают большую пищу для размышлений.
61. В школе мне больше всего нравились уроки труда, домоводства.
62. У меня не вызывает затруднений изучение иностранного языка.
63. Я охотно что-то рассказываю, если меня просят друзья.
64. Я легко могу представить в образах содержание услышанного.
65. Я не хотел бы подчинять свою жизнь определенной системе.
66. Я чаще сначала сделаю, а потом думаю о правильности решения.
67. Думаю, что смог бы изучить китайские иероглифы.
68. Не могу не поделиться только что услышанной новостью.
69. Мне кажется, что работа сценариста интересна.
70. Мне нравится работа дизайнера.
71. При решении какой-то проблемы мне легче идти методом проб и ошибок.
72. Если бы у меня была машина, то изучение дорожных знаков не составило бы труда.
73. Я легко нахожу общий язык с незнакомыми людьми.
74. Меня привлекает работа художника-оформителя.
75. Не люблю ходить одним и тем же путем.

Обработка и анализ данных. В протоколе исследования подсчитывается сумма «+» для каждого фактора (5 вертикальных столбцов): 1 — *предметное мышление*; 2 — *символическое мышление*; 3 — *знаковое мышление*; 4 — *образное мышление*; 5 — *креативность*.

Шкала оценки выраженности креативности и базового типа мышления разбивается на три интервала: *низкий уровень* (от 0 до 5 баллов); *средний уровень* (от 6 до 9 баллов); *высокий уровень* (от 10 до 15 баллов).

Соотношение первой и второй сигнальной систем по И. П. Павлову определяет, по сути, одну из разновидностей когнитивных стилей — то, на какую информацию в процессе восприятия и мышления человек делает упор: на образную или абстрактную (знаковую).

Опросник Б. Кадырова для выявления соотношения двух сигнальных систем

Соотношение двух сигнальных систем в данном опроснике выявляется по следующим показателям:

- динамические особенности (активность и саморегуляция);
- эмоциональность и воля;
- познавательные процессы: память, воображение, мышление.

Инструкция. Испытуемый, прочитав утверждение, должен выбрать подходящий для себя ответ.

Шкала «Активность» (8 утверждений)

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
1. Я принадлежу к тем людям, вокруг которых веселая компания	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет
2. Всегда стоит рискнуть, даже тогда, когда мало шансов на успех	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
3. Могу в свободное время долго сидеть спокойно, без дела	Совсем не могу	Могу недолго	Когда как	Долго	Как правило, долго
4. Обычно я поступаю и говорю быстро, долго не раздумывая.	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
5. В моей жизни много интересных дел	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
6. Мне доставляет радость все делать быстро	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет
7. Мне нравится, когда бывает сразу много дел	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет
8. Я склонен браться за дополнительную и необязательную работу	Очень часто	Часто	Когда как	Редко	Никогда

Если испытуемый выбирает первый вариант ответа, это указывает на общую поведенческую активность, склонность к сверхнормативным действиям, избыток энергии, широту контакта с окружающими.

Шкала «Эмоциональность» (9 утверждений)

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
1. Я люблю поэзию	Несомненно, да	Пожалуй, да	Средне	Пожалуй, да	Нет
2. Я принадлежу к таким людям, вокруг которых веселая компания	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
3. Легко «заражаюсь» настроением окружающих	Несомненно, да	Пожалуй, да	По обстоятельствам	Пожалуй, нет	Нет
4. Я на музыку реагирую более эмоционально, чем многие	Несомненно, да	Пожалуй, да	Средне	Пожалуй, нет	Нет

Окончание табл.

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
5. Я легко могу обидеться	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
6. Часто нахожусь под впечатлением художественного описания или образа героя	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
7. У меня бывают спады и подъемы настроения	Очень часто	Часто	Нечто срвднее	Редко	Никогда
8. Люблю мечтать	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
9. У меня легко возникают симпатии и антипатии к окружающим	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет

Данная шкала выявляет ивдивидуальные различия по впечатлительности, эмоциональной подвижности, легкости возникновения эмоций и т. д. Утверждения подобраны таким образом, чтобы в совокупности они отражали эмоционально-красочное видение мира, высокую чувствительность к окружающему, вплоть до юношеской ранимости, устойчивости настроения. Предполагается, что такая шкала может выявлять характерную для подросткового возраста специфику общей динамики эмоциональности. Эта сторона эмоциональности может по-своему характеризовать развитость первой сигнальной системы.

Шкала «Образная память» (6 утверждений)

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
1. Чтобы запомнить трудный материал, пытаюсь все наглядно представить	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
2. Мне кажется, что у меня хорошая память на лица людей	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет
3. Не могу вспомнить имя или фамилию человека, лицо которого мне знакомо	Очень часто не могу	Часто не могу	Когда как	Вспоминаю быстро	Вспоминаю сразу
4. Ясно вижу страницу книги, тетради, кажется, что даже буквы вижу, но содержание не могу вспомнить	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет
5. Легко и надолго могу запомнить поэтические рассказы, стихи и другие литературные произведения	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
6. Содержание прочитанного или услышанного помню хорошо, а где читал или услышал, не могу вспомнить	Нет	Пожалуй, нет	Нечто среднее	Пожалуй, да	Несомненно, да

Эти утверждения отражают специфические особенности сигнальной сферы индивида в виде образности или логичности памяти. Меньшая величина баллов по этой шкале указывает на преобладание устойчивых образных особенностей памяти.

Шкала «Воображение» (6 утверждений)

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
1. Мне нравятся книги научно-фантастического жанра	Несомненно, да	Пожалуй, да	По обстоятельствам	Пожалуй, нет	Нет
2. Чтобы запомнить трудный материал, пытаюсь все наглядно представить	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
3. Часто нахожусь под впечатлением художественного описания или образа героя	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
4. Меня всегда привлекали фантастические образы	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
5. Люблю мечтать	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
6. Люблю пофантазировать	Несомненно, да	Пожалуй, да	Средне	Пожалуй, нет	Нет

Эта шкала может дать представление о некоторых непосредственных компонентах первосигнальных особенностей индивида. Сюда вошли утверждения, характеризующие личность со стороны ее расположенности к мечтательности, впечатлительности.

Автор методики предполагает, что у лиц с преобладанием второй сигнальной системы выражены саморегуляция, воля и аналитическое мышление. Поэтому он включил в нее еще три шкалы.

Шкала «Саморегуляция» (10 утверждений)

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
1. Мне свойственны четкость и порядок в делах	Неомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет

Окончание табл.

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
2. Я склонен любое дело доводить до конца	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
3. Я склонен анализировать свои поступки	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
4. Чаще всего начатое дело завершаю в срок	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
5. Мне свойственно совершать поспешные, необдуманные поступки	Нет	Пожалуй, нет	Когда как	Пожалуй, да	Несомненно, да
6. Обычно перед уходом я проверяю, не забыл ли что-нибудь взять с собой	Очень часто	Часто	Когда как	Редко	Никогда
7. Перед там как действовать, я стараюсь представить себе все последствия	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
8. Я могу работать сосредоточенно и в том случае, когда нет интереса к делу	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
9. В напряженной и ответственной ситуации, например на экзамене, мне удается более сосредоточенно и успешно работать	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет
10. Могу успешно выполнить домашнее задание и при отвлекающем шуме	Могу легко	Чаще всего могу	Когда как	Иногда могу, но с трудом	Совсем не могу

В эту шкалу собраны утверждения, позволяющие выяснить, насколько характерно спокойное разумное обдумывание своих действий, умение предвидеть события. Эти черты соответствуют развиваемой в дифференциальной психофизиологии представлениям о значении саморегуляции психической активности. При этом речь идет о целостной, личностной характеристике.

Шкала «Воля» (10 утверждений)

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
1. Я могу быть терпеливым и усидчивым при выполнении кропотливой умственной работы	Несомненно, да	Пожалуй, да	По обстоятельствам	Пожалуй, нет	Нет

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
2. Всегда стоит рискнуть, даже когда мало шансов на успех	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
3. Явно ощущаю в себе слабость воли	Нет	Пожалуй, нет	По обстоятельствам	Пожалуй, да	Несомненно, да
4. Я склонен любое дело доводить до конца	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
5. Я люблю дело, требующее напряжения ума и мускулов	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
6. Усилием воли я могу преодолеть любые трудности	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
7. Чаще всего начатое дело завершаю в срок	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
8. Я могу работать сосредоточенно и в том случае, когда нет интереса к делу	Несомненно, да-	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
9. Из-за своей нерешительности я много теряю	Нет	Пожалуй, нет	Нечто среднее	Пожалуй, да	Несомненно, да
10. Мне нравится преодолевать трудности в учебе и в других делах	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет

В целом все эти утверждения выявляют готовность к произвольному напряжению, умению подчинять себя задачам деятельности и преодолевать возможные трудности, последовательность и настойчивость в достижении поставленных целей, решительность.

Шкала «Аналитическое мышление» (8 утверждений, выявляющих устойчивый стиль мышления)

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
1. Я могу бьпъ терпеливым и усидчивым при выполнении кропотливой умственной работы	Несомненно, да	Пожалуй, да	По обстоятельствам	Пожалуй, нет	Нет
2. Мне свойственны четкость и порядок в делах	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет

Окончание табл.

Утверждение	Ответ, баллы				
	1	2	3	4	5
3. Я склонен анализировать свои поступки	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
4. Предпочел бы иметь дело с математическими науками	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
5. Читая художественные произведения, пропускаю разные описания	Нет	Пожалуй, нет	Когда как	Пожалуй, да	Несомненно, да
6. Стремлюсь быть знатоком в определенной области	Несомненно, да	Пожалуй, да	Нечто среднее	Пожалуй, нет	Нет
7. Перед тем как действовать, я стараюсь представить себе все последствия	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет
8. Предпочитаю действовать по заранее продуманному плану	Несомненно, да	Пожалуй, да	Когда как	Пожалуй, нет	Нет

Меньшие величины индивидуальных баллов по данной шкале выражают расположенность испытуемого анализировать свои поступки, тяготение к четкости и продуманности действий, последовательность в переходах от одних этапов действий к другим. По своему содержанию один из полюсов этой шкалы можно назвать «аналитичностью» в отличие от противоположного полюса, характеризующего «синтетический» стиль познавательных возможностей.

Интерпретация полученных данных. Чтобы получить обобщенные показатели выраженности той или иной сигнальной системы, суммируются баллы ответов на все вопросы, входящие в соответствующие шкалы. Данные по первым четырем шкалам (активность, эмоциональность, образная память, воображение) объединяются в один показатель выраженности первосигнальности, а показатели по другим трем шкалам (саморегуляция, воля, аналитическое мышление) группируются в один показатель второсигнальности.

1. Разница показателей первой и второй сигнальных систем (с. с.) может указать на относительную выраженность каждой из сигнальных систем (коэффициент сигнальности КС):

$$\text{КС} = \frac{\text{Вторая с. с.} - \text{Первая с. с.}}{\text{Вторая с. с.} + \text{Первая с. с.}} 100.$$

   Меньшим величинам исходных показателей соответствует большее развитие данных функций. Поэтому испытуемых с наименьшей величиной показателя КС — тех, у кого наиболее выражена вторая сигнальная система, можно считать лицами с преобладанием второй сигнальной системы, а с наибольшей величиной КС (т. е. с наименьшей выраженностью второй сигнальной системой) — лицами с относительным преобладанием первой сигнальной системы.
2. Производный показатель — обычная арифметическая сумма показателей двух сигнальных систем. Чем меньше величина этого показателя, тем выше уровень аналитико-синтетической деятельности человека, и наоборот.

Методика Е. А. Климова по выявлению соотношения сигнальных систем

Испытуемым (респондентам) одновременно предъявляются 9 различных пар кружков одинакового размера, в одном случае — со словесными, а в другом случае — с цветовыми обозначениями (розовый, синий, красный, зеленый, желтый и т. д.). Время экспозиции — 30 с. Респондентам предлагается запомнить предъявленные пары раздражителей. После предъявления кружков со словесными обозначениями они должны записать то, что запомнили. После того как были показаны цветные кружки, респондентам следует расположить их в предъявленном сочетании.

Подсчитывается количество правильно воспроизведенных словесных и цветовых сочетаний (пар) раздражителей. Показателем соотношения сигнальных систем служит соотношение величин цветовых и словесных пар (К), которые испытуемые запомнили.

$$К = \frac{\text{Количество пар цветных кружков}}{\text{Количество пар кружков со словесным обозначением цвета}}$$

Преобладание 1-й сигнальной системы отмечается в случае, если К > 1,05; преобладание 2-й сигнальной системы, если К < 0,95; смешанный тип, если К находится в пределах 0,96–1,04.

Методика Б. Б. Коссова для диагностики специально человеческих типов высшей нервной деятельности

Методика основана на сопоставлении результатов произвольного запоминания ряда цифр и непроизвольного запоминания особенностей их написания. Цифры, изображенные разным цветом, отличаются по толщине и величине написания. Спустя две минуты после запоминания испытуемого просят воспроизвести на бумаге точную последовательность цифр. Затем по просьбе экспериментатора еще раз обследуемым воспроизводится тот же ряд, но теперь со всеми особенностями написания знаков.

Чем больше отношение правильно воспроизведенных признаков (цвет, величина, толщина) к числу правильно воспроизведенных цифр, тем в большей степени испытуемый при запоминании опирается на наглядный цифровой образ и, следовательно, принадлежит к «художественному» типу. При обратных зависимостях испытуемый относится к «мыслительному» типу.

9. Методики изучения стилей руководства

Методика «Самооценка стиля управления»

Методика, приведенная в книге А. В. Аграшенкова «Психология на каждый день» (М., 1997), несколько модифицирована мною, чтобы сократить число пунктов опросника (вместо 60 оставлено 33) и исключить те, которые имеют весьма отдаленное отношение к диагностируемым стилям.

Инструкция. По каждому пункту опросника ответьте, долго не задумываясь, «да» или «нет» в зависимости от того, согласны Вы или не согласны с высказанным в нем утверждением, и в бланке для ответов сделайте соответствующую пометку.

Текст опросника

1. В работе с людьми я предпочитаю, чтобы они беспрекословно выполняли мои распоряжения.
2. В трудных ситуациях я, принимая решение, всегда думаю о других, а потом о себе.
3. Меня раздражает, когда кто-то проявляет слишком много инициативы.
4. Как правило, я не полагаюсь на своих помощников.
5. Я умею объективно оценивать своих подчиненных, выделяя среди них сильных и слабых.
6. Я часто советуюсь со своими помощниками, прежде чем отдать ответственное распоряжение.
7. Я редко настаиваю на своем, чтобы не вызывать у подчиненных раздражения.
8. Я всегда требую от подчиненных неукоснительного выполнения моих распоряжений.
9. Мне легче работать одному, чем кем-то руководить.
10. Я игнорирую коллективное руководство, чтобы обеспечить эффективность единоначалия.
11. Чтобы не подорвать свой авторитет, я не признаю своих ошибок.
12. На грубость подчиненного я стараюсь реагировать так, чтобы не вызвать конфликт.
13. Я делаю все, чтобы подчиненные охотно выполняли мои распоряжения.
14. Я всегда стремлюсь быть первым во всех начинаниях коллектива.
15. Мне легче подстроиться под мнение большинства коллектива, чем выступить против него.
16. Мне приходится чаще просить, чем требовать.
17. Я предоставляю хорошим специалистам большую свободу в решении сложных задач, особо их не контролирую.
18. Мне нравится обсуждать и анализировать с подчиненными проблемы коллектива.
19. Мои помощники справляются не только со своими, но и с моими обязанностями.
20. Мне легче избежать конфликта с вышестоящим руководством, чем с подчиненными, которых всегда можно «поставить на место».
21. Я всегда добиваюсь выполнения своих распоряжений, даже наперекор обстоятельствам.

22. Чтобы лучше понять подчиненных, я стараюсь представить себя на их месте.
23. Самое трудное для меня — вмешиваться в ход работы людей, требовать от них дополнительных усилий.
24. Меня больше волнуют собственные проблемы, чем проблемы подчиненных.
25. Я думаю, что управление людьми должно быть гибким: нельзя использовать ни железную непреклонность, ни панибратство.
26. Руководство людьми я представляю себе как мучительное занятие.
27. Я стараюсь развивать в коллективе сотрудничество и взаимопомощь.
28. Я с благодарностью отношусь к советам и предложениям подчиненных.
29. Иногда мне кажется, что в коллективе я лишний человек.
30. Эффективность управления достигается тогда, когда подчиненные являются лишь исполнителями решений начальника.
31. Лучше всего предоставлять коллективу полную самостоятельность и ни во что не вмешиваться.
32. Меня часто упрекают в чрезмерной мягкости к подчиненным.
33. Главное в руководстве — умело распределить свои обязанности между помощниками.

Обработка результатов и выводы. За каждый утвердительный ответ начисляется 1 балл.

Ключ к расшифровке данных. О проявлении авторитарного стиля руководства свидетельствуют утвердительные ответы по пунктам: 1, 3, 4, 8, 10, 11, 14, 15, 21, 22, 30.

О проявлении демократического стиля руководства свидетельствуют утвердительные ответы по пунктам 2, 5, 6, 12, 13, 18, 19, 24, 25, 27, 28.

О проявлении либерального (попустительского) стиля руководства свидетельствуют утвердительные ответы по пунктам 7, 9, 16, 17, 20, 23, 26, 29, 31, 32, 33.

Подсчитывается сумма набранных по каждой шкале (по каждому стилю) баллов и определяется степень выраженности каждого стиля:

- 0–3 балла — слабая,
- 4–7 баллов — средняя,
- 8–11 баллов — высокая.

Если по всем шкалам оценки низкие, то стиль не сформирован, если высокие — речь может идти о смешанном стиле управления. Преобладание оценок по одной из шкал на 3 балла и более свидетельствует о большем проявлении стиля, характеризуемого этой шкалой.

Методика «Стиль руководства» (А. Л. Журавлев)

Методика направлена на оценку преобладающего стиля руководства: директивного (авторитарного); коллегиального (демократического); либерального.

Инструкция. Вам будет предложено 27 характеристик деятельности Вашего руководителя и к каждой из них указано по 5 вариантов ее проявления. Выберите, пожалуйста, один или несколько из этих 5 вариантов, которые соответствуют его руководству, и отметьте их. Просим быть искренним.

1. Распределение полномочий между руководителями и подчиненными:
   а) централизует руководство, требует, чтобы о всех деталях докладывали именно ему;
   б) пассивен в выполнении управленческих функций;
   в) четко распределяет функции между собой, своими заместителями и подчиненными;
   г) ожидает указаний сверху или даже требует их;
   д) централизует руководство только в трудных ситуациях.

2. Действия руководителя в критических (напряженных) ситуациях:
   а) переходит на более жесткие методы руководства;
   б) не меняет способы руководства;
   в) не обходится без помощи вышестоящих руководителей;
   г) начинает более тесно взаимодействовать с подчиненными;
   д) плохо справляется со своими обязанностями.
3. Контакты руководителя с подчиненными:
   а) недостаточно общительный, с людьми разговаривает мало;
   б) регулярно общается с подчиненными, говорит о положении дел в коллективе, о трудностях, которые предстоит преодолеть;
   в) умеет общаться, но специально ограничивает общение с подчиненными, держится от них на расстоянии;
   г) старается общаться с подчиненными, но при этом испытывает трудности в общении;
   д) общается в основном с активом коллектива.
4. Продуктивность работы коллектива в отсутствие руководителя:
   а) исполнители работают хуже;
   б) коллектив не снижает продуктивности;
   в) исполнители постоянно работают не в полную силу;
   г) продуктивность работы повышается;
   д) коллектив работает с переменным успехом.
5. Отношение руководителя к советам и возражениям со стороны исполнителей:
   а) сам обращается за советом к подчиненным;
   б) не допускает, чтобы руководимые ему советовали и тем более возражали;
   в) подчиненные не только советуют, но могут давать указания своему руководителю;
   г) руководитель советуется даже тогда, когда обстоятельства не особенно требуют этого;
   д) если исполнители знают, как лучше выполнить работу, они говорят об этом своему руководителю.
6. Контроль деятельности подчиненных:
   а) контролирует от случая к случаю;
   б) всегда очень строго контролирует работу отдельных исполнителей и коллектива в целом;
   в) контролируя работу, всегда замечает положительные результаты, хвалит исполнителей;
   г) контролируя, всегда выискивает недостатки в работе;
   д) нередко вмешивается в работу исполнителей.
7. Соотношение решений производственных и социально-психологических задач в процессе руководства коллективом:
   а) его интересует только выполнение плана, а не отношения людей друг к другу;
   б) решая производственные задачи, старается создать хорошие отношения между людьми в коллективе;
   в) в работе не заинтересован, подходит к делу формально;
   г) больше внимания уделяет налаживанию взаимоотношений в коллективе, а не выполнению производственных заданий;
   д) когда нужно, защищает интересы своих подчиненных.

8. Характер приказов руководителя:
   а) приказывает так, что хочется выполнять;
   б) приказывать руководитель не умеет;
   в) просьба руководителя не отличается от приказа;
   г) приказы принимаются, но выполняются недостаточно хорошо и быстро;
   д) его приказы вызывают у руководимых им недовольство.
9. Отношение руководителя к критике со стороны подчиненных:
   а) обычно не обижается, прислушивается к ней;
   б) выслушивает, даже обещает принять меры, но ничего не делает;
   в) не любит, когда его критикуют, и не старается скрыть это;
   г) принимает критику только со стороны вышестоящих руководителей;
   д) не реагирует.
10. Поведение руководителя при недостатке знаний:
   а) сам решает даже те вопросы, с которыми не совсем хорошо знаком;
   б) если что-то не знает, то не боится это показать и обращается за помощью к другим;
   в) не стремится пополнить свои знания;
   г) когда чего-то не знает, скрывает это и старается самостоятельно восполнить недостаток знаний;
   д) если не знает, как решить вопрос или выполнить работу, то поручает это своим подчиненным.
11. Распределение ответственности между руководителем и подчиненными:
   а) складывается впечатление, что он боится отвечать за свои действия, хочет уменьшить свою ответственность;
   б) ответственность распределяет между собой и своими подчиненными;
   в) всю ответственность возлагает только на себя;
   г) нередко подчеркивает ответственность вышестоящих руководителей, старается свою ответственность переложить на них;
   д) бывает, что руководитель, являясь ответственным за какое-то дело, пытается переложить его на своих замов или нижестоящих руководителей.
12. Отношение руководителя к своим заместителям или помощникам:
   а) старается, чтобы его заместители были квалифицированными специалистами;
   б) он добивается безотказного подчинения заместителей и помощников;
   в) руководителю безразлично, кто у него работает заместителем (помощником);
   г) осторожен по отношению к заместителям, потому что боится за свое положение;
   д) не желает иметь рядом очень квалифицированного специалиста.
13. Эмоциональная удовлетворенность исполнителя в отсутствие руководителя:
   а) исполнители довольны, когда отсутствует руководитель, они чувствуют некоторое облегчение;
   б) с руководителем работать интересно, поэтому ожидают его возвращения;
   в) отсутствие руководителя не замечается исполнителями;
   г) вначале исполнители довольны, что руководитель отсутствует, а потом скучают;
   д) сначала отсутствие руководителя чувствуется исполнителями, а затем быстро забывается.
14. Преобладающие методы воздействия на подчиненных:
   а) для выполнения какой-то работы ему нередко приходится уговаривать своих подчиненных;

б) всегда что-нибудь приказывает, распоряжается, наставляет, но никогда не просит;
в) часто обращается к подчиненным с поручениями, просьбами, советами;
г) часто делает руководимым замечания и выговоры;
д) его замечания всегда справедливы.

15. Характер обращения руководителя с подчиненными:

а) всегда обращается к подчиненным вежливо и доброжелательно;
б) по отношению к подчиненным бывает нетактичным и даже грубым;
в) в обращении к подчиненным часто проявляет равнодушие;
г) создается впечатление, что вежливость руководителя неискренняя;
д) характер обращения с подчиненными у него часто меняется.

16. Участие членов коллектива в управлении:

а) руководитель привлекает членов коллектива к управлению;
б) нередко руководитель перекладывает свои функции на других;
в) управленческие функции не закрепляются стабильно, их распределение может меняться;
г) бывает, что управленческие функции фактически принимают на себя другие члены коллектива, а не руководитель;
д) управленческие функции выполняет только руководитель.

17. Поддержание руководителем трудовой дисциплины:

а) стремится к формальной дисциплине и идеальному подчинению;
б) не может влиять на дисциплину;
в) умеет поддержать дисциплину и порядок;
г) дисциплина выглядит хорошей, так как подчиненные боятся руководителя;
д) недостаточно пресекает нарушения дисциплины.

18. Характер общения руководителя с исполнителями:

а) общается с подчиненными только по деловым вопросам;
б) заговаривая с подчиненными о деле, руководитель спрашивает и о личном, о семье;
в) часто общается по личным вопросам, не касаясь дела;
г) инициатива общения исходит от исполнителей, руководитель редко заговаривает сам;
д) нередко руководителя трудно понять в общении с ним.

19. Характер принятия решения по руководству коллективом:

а) руководитель единолично вырабатывает решения или отменяет их;
б) редко берется за выполнение сложного дела, а скорее уходит от этого;
в) старается решать вместе с подчиненными, единолично решает только самые срочные и оперативные вопросы;
г) решает только те вопросы, которые сами возникают, не старается заранее предусмотреть их решение;
д) берется за решение в основном мелких вопросов.

20. Взаимоотношения между людьми в коллективе:

а) в коллективе недостаточно развиты взаимопомощь и взаимное доверие;
б) старается, чтобы на работе у подчиненных было хорошее настроение;
в) в коллективе наблюдается повышенная текучесть кадров, люди нередко уходят из коллектива и не жалеют об этом;
г) люди относятся к друг другу чутко, по-дружески;
д) в присутствии руководителя исполнителям постоянно приходится работать в напряжении.

21. Предоставление самостоятельности подчиненным:
    а) способствует тому, чтобы подчиненные работали самостоятельно;
    б) иногда руководитель навязывает свое мнение, а говорит, что это мнение большинства;
    в) исполнители работают больше по указаниям руководителя, нежели самостоятельно;
    г) исполнители предоставлены самим себе;
    д) предоставляет подчиненным самостоятельность лишь время от времени.
22. Отношение руководителя к советам других:
    а) регулярно советуется с исполнителями, особенно с опытными работниками;
    б) советуется с подчиненными только в сложной ситуации;
    в) обычно советуется с заместителями и нижестоящими руководителями, но не с рядовыми исполнителями;
    г) с удовольствием прислушивается к мнению коллег;
    д) советуется только с вышестоящими руководителями.
23. Соотношение инициативы руководителя и подчиненных:
    а) инициатива подчиненных руководителем не принимается;
    б) считает, что лучше сделать меньше (тогда меньше спросят);
    в) руководитель поддерживает инициативу подчиненных;
    г) руководитель не может действовать сам, а ждет, когда его «подтолкнут»;
    д) инициативу не проявляют ни руководитель, ни подчиненные.
24. Характер требовательности руководителя:
    а) его любимый лозунг: «Давай, давай!»;
    б) он требователен, но заодно и справедлив;
    в) о нем можно сказать, что он бывает слишком строгим и даже придирчивым;
    г) пожалуй, он не очень требовательный человек;
    д) руководитель требователен к себе и к другим.
25. Отношение руководителя к нововведениям:
    а) наверное, он консервативен, потому что боится нового;
    б) охотно поддерживает целесообразные нововведения;
    в) поддерживая нововведения в сфере производства, с большим трудом меняет характер общения с людьми;
    г) у него лучше получается с нововведениями в непроизводственной сфере (в быту, на отдыхе, в межличностных отношениях);
    д) нововведения проходят мимо руководителя.
26. Привлечение членов коллектива к выработке решений:
    а) в своей работе широко опирается на общественные организации;
    б) многие вопросы решаются коллективом на общем собрании;
    в) некоторые важные дела решаются фактически без участия руководителя, его функции выполняют другие;
    г) большинство вопросов решает за коллектив сам руководитель;
    д) руководитель способствует внедрению различных форм самоуправления в коллективе:
27. Отношение руководителя к самому себе:
    а) руководителю безразлично, что о нем думают подчиненные;
    б) никогда и ни в чем не проявляет своего превосходства над исполнителями;
    в) считает себя незаменимым в коллективе;

г) увлеченно занимается своим делом и не думает о том, как его оценивают;
д) руководитель излишне критичен по отношению к исполнителям.

Ключ. В соответствии с таблицей подсчитайте сумму баллов по каждому из стилей руководства:

- Д — директивный,
- К — коллегиальный,
- П — попустительский.

Сумму баллов по каждому стилю руководства приведите к цифре, удобной для дальнейшего анализа: разделите на 10 и округлите до целого значения.

№ п/п	Варианты ответов				
	а	б	в	г	д
1	Д-3	П-2	К-3	П-3	К-2
2	Д-3	К-2	П-1	К-3	П-3
3	П-1	К-2	П-2	К-1; П-2	К- 2
4	Д-1	К-2	П-2	П-1	К- 2
5	К-3	Д-2	П-2	П-2; К-1	К-2
6	П-3	Д-3	К-3	Д-3	Д-2
7	Д-1	К-1	П-2	П-1; К-1	К-1
8	К-3	П-3	Д-2	П-2	Д-3
9	К 2	П-2	Д.2	Д-2; П-2	П-2
10	Д 2	К-2	П-1	Д-2; К-2	К-1; К-2
11	П-2	К-2	Д-2	Д-1; П-2	Д-2; П-1
12	К-1	Д-1	П-1	Д-2	Д-3
13	Д-2	К-2	П-2	К 1	Д-1; П-2
14	П-3	Д-3	К-3	Д-2	К-3
15	К-2	Д-2	П-2	Д-2	Д-2; П-2
16	К-2	Д-1; П-1	Д-1; П-2	П-3	—
17	Д-2	П-2	К-2	Д-2	П-3
18	Д-3	К-3	П-2; К-1	П-2; Д-1	П-1
19	Д-3	П-2	К-3	П-3	П-3
20	Д-1	К-1	П-1	К-2	Д-2
21	К-2	Д-2	Д-2	П-2	Д-2
22	К-2	Д-1; К-2	Д-2; К-1	К-2	Д-2
23	Д-2	П-2	К-2	П-2	П-3

№ п/п	Варианты ответов				
	а	б	в	г	д
24	Д-3	К-3	Д-2	П-3	К -2
25	П-1	К-1	Д-2	К-2	П-2
26	К-2	К-3	П-3	Д-3	К-3
27	П-1	К-2	Д-1	К-2	Д-3
Д =	К =	П =			

Результат выражается тремя цифрами, каждая из которых находится в пределах до 10 баллов. Сначала определите доминирующий стиль руководства. За количественный показатель доминирования того или иного типа принята разница в 3 балла и более.

Возможные соотношения трех крайних типов в стиле руководства таковы:

1) Д-1-1: директивный стиль (например, 10-2-4, 6-3-4, 9-5-4 и т. д.);
2) 1-К-1: коллегиальный стиль (например, 4-9-4, 3-8-4, 5-10-4);
3) 1-1-П: попустительский стиль (например, 3-2-10, 4-3-9 и т. д.).

Если два стиля, приблизительно одинаково выраженные, доминируют над третьим, — стиль руководства смешанный:

4) Д-К-1: директивно-коллегиальный (например, 7-8-4, 6-7-3 и т. д.);
5) 1-К-П: коллегиально-попустительский (например, 4-7-9, 4-7-7, 3-6-7 и т. д.);
6) Д-1-П: директивно-попустительский (например, 8-1-6, 8-3-8, 7-2-9);
7) Д-К-П: смешанный (например, 2-3-3; 3-3-3; 5-6-6; 10-8-8).

При этом результаты смешанного типа соответствуют разным характеристикам руководства:

- одинаково низкая выраженность стилей (2-3-3, 3-3-3 и т. д.) характерна для неопытных руководителей;
- одинаково средняя выраженность стилей (5-6-6, 6-6-4 и т. д.) характеризует оперативно меняющегося руководителя;
- одинаково высокая выраженность стилей (10-8-8, 9-9-8 и т. д.) характеризует противоречивый, непредсказуемый тип.

Интерпретация результатов. Любое сочетание стилей приемлемо, если значение директивного оказывается в диапазоне от 5 до 7 баллов (лучше 6-10-5 или 5-0-4, чем 3-0-4 или 3-8-3).

Методика «Склонность к определенному стилю руководства» (Е. П. Ильин)

Методика проверена на надежность и валидность в диссертации Нгуен Ки Тьюнга (2000) и представляет собой опросник, с помощью которого можно узнать о склонности субъекта к тому или иному стилю руководства. При этом надо, однако, учитывать, что в реальном руководстве человек может использовать другой стиль.

Инструкция. Представьте себе, что Вы руководите коллективом. Вам предлагается ответить, как бы Вы осуществляли это руководство в ситуациях, изложенных в опроснике. По каждому пункту опросника из трех вариантов ответа (а, б, в) выберите тот, который в большей степени характеризует ваше поведение в качестве руководителя, и соответствующую ответу букву обведите кружочком.

Текст опросника

1. При принятии важных решений Вы:
   а) посоветуетесь с коллективом;
   б) постараетесь не брать на себя ответственность за принятие решения;
   в) примете решение единолично.
2. При организации выполнения задания:
   а) предоставите свободу в выборе способа выполнения задания участникам коллектива, оставив за собой лишь общий контроль;
   б) не будете вмешиваться в ход выполнения задания, полагая, что коллектив сам сделает все как надо;
   в) будете регламентировать деятельность членов коллектива, строго определяя, как надо делать.
3. При осуществлении контроля над деятельностью подчиненных:
   а) будете жестко контролировать каждого из них;
   б) доверите осуществление контроля самим подчиненным;
   в) посчитаете, что контроль необязателен.
4. В экстремальной для коллектива ситуации:
   а) будете советоваться с коллективом;
   б) возьмете все руководство на себя;
   в) полностью положитесь на лидеров коллектива.
5. Строя взаимоотношения с членами коллектива:
   а) будете сами проявлять активность в общении;
   б) будете общаться в основном, если к Вам обратятся;
   в) будете поддерживать свободу общения между Вами и подчиненными.
6. При управлении коллективом:
   а) будете оказывать помощь подчиненным и в их личных делах;
   б) посчитаете, что в личные дела подчиненных нет необходимости «соваться»;
   в) будете интересоваться личными делами подчиненных скорее из вежливости.
7. В отношениях с членами коллектива:
   а) будете стараться поддерживать хорошие личные отношение даже в ущерб деловым;
   б) будете поддерживать только деловые отношения;
   в) будете стараться поддерживать и личные, и деловые отношения в одинаковой степени.
8. По отношению к замечаниям со стороны коллектива:
   а) не допустите замечаний в свой адрес;
   б) выслушаете и учтете замечания;
   в) отнесетесь к замечаниям безразлично.
9. При поддержании дисциплины:
   а) будете стремиться к беспрекословному послушанию подчиненных;
   б) сумеете поддерживать дисциплину без напоминания о ней подчиненным;
   в) учтете, что поддержание дисциплины — это не Ваш «конек», и не будете «давить» на подчиненных.
10. В отношении того, что о Вас подумает коллектив:
   а) Вам будет безразлично;
   б) постараетесь всегда быть хорошим для подчиненных, на обострения не пойдете;
   в) внесете коррективы в свое поведение, если оценка будет негативной.

11. Распределив полномочия между собой и подчиненными:
    а) будете требовать, чтобы Вам докладывали о всех деталях;
    б) будете полагаться на исполнительность подчиненных;
    в) будете осуществлять только общий контроль.
12. При возникновении затруднений при принятии решения:
    а) обратитесь за советом к подчиненным;
    б) советоваться с подчиненными не будете, так как все равно отвечать за все придется Вам;
    в) примете советы подчиненных, даже если их не просили.
13. Контролируя работу подчиненных:
    а) будете хвалить исполнителей, отмечать их положительные результаты;
    б) будете выискивать в первую очередь недостатки, что надо исправить;
    в) осуществлять контроль будете от случая к случаю (зачем вмешиваться?).
14. Руководя подчиненными:
    а) сумеете так приказать, что задания будут выполняться беспрекословно;
    б) будете в основном использовать просьбу, а не приказ;
    в) вообще не умеете приказывать.
15. При недостатке знаний для принятия решения:
    а) будете решать сами — ведь Вы же руководитель;
    б) не побоитесь обратиться за помощью к подчиненным;
    в) постараетесь отложить решение: может, все образуется само собой.
16. Оценивая себя как руководителя, можете предположить, что Вы:
    а) будете строгим, даже придирчивым;
    б) будете требовательным, но справедливым;
    в) к сожалению, будете не очень требовательным.
17. В отношении нововведений:
    а) будете скорее консервативен (как бы чего не вышло);
    б) если они целесообразны, то охотно их поддержите;
    в) если они полезны, добьетесь их внедрения в приказном порядке.
18. Вы считаете, что в нормальном коллективе:
    а) подчиненные должны иметь возможность работать самостоятельно, без постоянного и жесткого контроля руководителя;
    б) должен осуществляться жесткий и постоянный контроль, так как на совесть подчиненных рассчитывать не приходится;
    в) исполнители могут быть предоставлены сами себе.

Обработка результатов. За каждый сделанный выбор проставляется по 1 баллу.

Ключ к постановке диагноза

№ п/п	Ответы		
	а	**б**	**в**
1	Д	Л	А
2	Д	Л	А
3	А	Д	Л

Окончание ключа

№ п/п	Ответы		
	а	б	в
4	Д	А	Л
5	Д	А	Л
6	Д	А	Л
7	Д	А	Л
8	А	Д	Л
9	А	Д	Л
10	А	Л	Д
11	А	Л	Д
12	Д	А	Л
13	Д	А	Л
14	А	Д	Л
15	А	Д	Л
16	А	Д	Л
17	Л	Д	А
18	Д	А	Л

В таблице (ключе) приняты следующие обозначения: А — автократический стиль руководства, Д — демократический, Л — либеральный (попустительский). Баллы суммируются отдельно по каждому стилю (А, Д, Л) руководства.

Выводы. Поскольку в чистом виде склонность к одному из стилей руководства практически не встречается, речь может идти о смешанных стилях руководства при тенденции быть склонным к одному из них. Опрашиваемые чаще всего выбирают ответы, характеризующие демократический стиль руководства. Если их больше 12, можно говорить о склонности к демократическому стилю; если меньше и при этом выборы А превалируют на 3 очка над Л, можно говорить о склонности к авторитарно-демократическому стилю, а в случае превалирования на 3 очка выборов Л над А — о склонности к либерально-демократическому стилю.

Методика оценки уровня демократизации управления по стилевым характеристикам

Источник: *Рогов Е. И.* Учитель как объект психологического исследования. М.: Владос, 1998. С. 423–424.

Компетентные эксперты пользуются 10 парами характеристик-параметров. Характеристики-параметры в левой колонке относятся к демократическому стилю руководства, в правой — к авторитарному. Среднее количество характеристик в обеих колонках дает возможность судить о выраженности того или иного стиля. Если характеристики из левой

колонки преобладают над характеристиками из правой, то у руководителя — демократический стиль; если наоборот, то авторитарный.

1. Ориентация руководителя на экспериментирование, здоровую конкуренцию идей и мнений	1. Осторожное отношение к рискованным действиям, склонность к спокойным отношениям в коллективе
2. Побудительный характер воздействий через мотивационную сферу, личный пример, поощрение	2. Воздействия преимущественно через приказы, распоряжения, наказания
3. Учет индивидуальных особенностей и желаний членов коллектива, делегирование им тех функций, которые ведут к развитию личности	3. Делегирование подчиненным только тех полномочий, которые учитывают их функциональные особенности
4. Децентрализация власти и информационных потоков, предоставление свободы в выборе процедур деятельности, развитие различных форм самоуправления в коллективе	4. Централизация всей власти, всей информации у себя. Строгая регламентация обязанностей, сроков процедур и контроль за ходом выполнения
5. Лояльное отношение к ошибкам. В первую очередь поиск причин ошибок, невыполнения задания и путей их устранения	5. Непримиримое отношение к ошибкам, срывам, промахам. В первую очередь наказание виновного
6. Контактные отношения с подчиненными, позиция руководителя внутри группы (мы). Общение неформальное, выходящее за рамки производственных вопросов	6. Позиция руководителя вне группы (я и они). Отношения с подчиненными дистанционные и только по поводу производственных вопросов
7. Производственные и социальные вопросы признаются равноценными. Но в решении производственных проблем главными являются социальные ценности	7. Основными являются производственные вопросы
8. Поощряется независимость мнения и критика в адрес руководства	8. Поощряются исполнительские качества и дисциплинированность подчиненных
9. Поощряются конструктивные предложения коллег по улучшению работы и соответствующее участие в их реализации	9. Конструктивные предложения подчиненных рассматриваются как посягательство на авторитет руководителя
10. Решения принимаются коллегиально	10. Решения принимаются единолично

Методика «Дипломатичный и авторитарный стили поведения на деловом совещании»

Источник: ЭКО. 1982. № 11.

Используя ее, можно узнать об авторитарном или дипломатичном стиле поведения руководителя при совместном решении деловых вопросов.

Инструкция. Поставьте — это надо сделать корректно и объективно — сами себе баллы от 1 до 5 и запишите их около каждого вопроса.

Оценки означают:

- 1 — нет, так совсем не бывает;
- 2 — нет, как правило, так не бывает;
- 3 — неопределенная оценка;
- 4 — да, как правило, так бывает;
- 5 — да, так бывает всегда.

Вопросы-утверждения

1. Даю подчиненным нужные поручения даже в том случае, если есть опасность, что при их невыполнении критиковать будут меня.
2. У меня всегда много идей и планов.
3. Я прислушиваюсь к замечаниям других.
4. Мне в основном удается привести логически правильные аргументы при обсуждениях.
5. Я настраиваю сотрудников на то, чтобы они решали свои задачи самостоятельно.
6. Если меня критикуют, то я защищаюсь, несмотря ни на что.
7. Когда другие приводят свои доводы, я всегда прислушиваюсь.
8. Для того чтобы провести какое-то мероприятие, мне приходится строить планы заранее.
9. Свои ошибки я по большей частью признаю.
10. Я предлагаю альтернативы к предложениям других.
11. Я защищаю тех, у кого есть трудности.
12. Я высказываю свои мысли с максимальной убедительностью.
13. Мой энтузиазм заразителен.
14. Я принимаю во внимание точку зрения других и стараюсь включить ее в проект решения.
15. Обычно я настаиваю на своей точке зрения и своих гипотезах.
16. Я с пониманием выслушиваю и агрессивно высказанные аргументы.
17. Я ясно выражаю свои мысли.
18. Я всегда признаюсь в том, что не все знаю.
19. Я энергично защищаю свои взгляды.
20. Я стараюсь развивать чужие мысли так, как будто бы они были моими.
21. Я всегда продумываю то, что могли бы ответить другие, и ищу контраргументы.
22. Я охотно даю советы другим, как организовать свой труд.
23. Увлекаясь своими проектами, я обычно не беспокоюсь о чужих работах.
24. Я прислушиваюсь и к тем, кто имеет точку зрения, отличающуюся от моей собственной.
25. Если кто-то не согласен с моим проектом, то я не сдаюсь, а ищу новые пути, как переубедить другого.
26. Я использую все средства, чтобы заставить согласиться со мной.
27. Я открыто говорю о своих надеждах, опасениях и личных трудностях.
28. Я всегда нахожу, как облегчить другим поддержку моих проектов.
29. Я понимаю чувства других людей.
30. Я больше говорю о собственных мыслях, чем выслушиваю чужие.
31. Прежде чем защищаться, я всегда до конца выслушиваю критику.
32. Я излагаю свои мысли системно.
33. Я помогаю другим получить слово во время совещания.
34. Я внимательно слежу за противоречиями в чужих рассуждениях.
35. Я меняю точку зрения для того, чтобы показать другим, что слежу за ходом мыслей.
36. Как правило, я никого не перебиваю.

37. Не притворяюсь, что уверен в своей точке зрения, если это не так.
38. Я трачу много энергии на то, чтобы убедить других, как им нужно правильно поступать.
39. Я выступаю эмоционально, чтобы вдохновить людей на работу.
40. Я стремлюсь, чтобы при подведении итогов были активны и те, которые очень редко просят слово.

Обработка результатов. Подсчет результатов заключается в суммировании поставленных баллов по каждому вопросу-утверждению в соответствии с ключом. Сумма баллов и по первому, и по второму стилям поведения находится в интервале от 20 до 100.

Ключ. А. *Дипломатичный стиль поведения*: ответы «да» по пунктам 1, 3, 5, 7, 9, 11, 14, 16, 18, 20, 22, 24, 27, 29, 31, 33, 35, 36, 37, 40.

Б. *Авторитарный стиль поведения*: ответы «да» по пунктам 2, 4, 6, 8. 10. 12, 13, 15, 17, 19, 21, 23, 25, 26, 28, 30, 32, 34, 38, 39.

Диагноз. Если сумма балльных оценок «А» хотя бы на 10 превышает сумму балльных оценок «Б», Вы хороший дипломат, т. е. у Вас есть стремление учитывать мнение других; Вы стараетесь убедиться, совпадают ли Ваши собственные идеи с мыслями сотрудников; идете на компромисс и даете понять сотрудникам, что Вам вовсе не безразличен их вклад в принятие решения.

Если сумма балльных оценок «Б» как минимум на 10 баллов больше суммы оценок «А», Вы ведете дискуссию авторитарно, властно и бесцеремонно, стараетесь протащить свои проекты, не обращая внимания на окружающих, не стремитесь сделать решение общим делом, не ищете поддержки, необходимой для его реализации.

Методика «Стиль управления»

Источник: *Рогов Е. И.* Учитель как объект психологического исследования. М.: Владос, 1998.

Тест позволяет оценить стиль управления с точки зрения соотношения в нем демократических и формально-организационных факторов.

Инструкция. Вам предложено 40 утверждений, которые отражают различные факторы стиля управления. Постарайтесь оценить свое отношение к этим утверждениям в соответствии с привычными для Вас мыслями и поведением.

- С — явление наблюдается систематически (в 80–100% случаев от того, насколько это вообще возможно);
- Ч — явление наблюдается часто (60–80% случаев);
- И — явление наблюдается иногда (40–60%);
- Р — явление наблюдается редко (20–40%);
- Н — явление не наблюдается никогда (0–20%).

Утверждения

1. В критических ситуациях провожу в коллективе обследования социально-психологического климата, мнений, настроений людей.
2. В работе коллектива используются, где необходимо, стандартные правила, методические указания, инструкции и другие управленческие документы.
3. Я обосновываю и отстаиваю мнение коллектива (если убежден в его справедливости) перед вышестоящим руководством.
4. Тщательно планирую работу аппарата управления.
5. Прикладываю все усилия, чтобы добиться от подчиненных выполнения плана.
6. Мои подчиненные четко знают свои и общие задачи, стоящие перед коллективом.
7. Я лично решаю, что и как должно делаться в коллективе для достижения поставленных целей, предоставляя подчиненным исполнительские функции.

8. Допускаю в работе подчиненных проявление высокого уровня инициативы и самостоятельности в выборе способов достижения стоящих перед ними целей.
9. Допускаю проявление инициативы не только в выборе способов, но и в самом процессе выработки целей при условии, что подчиненные обосновывают их важность и напряженность.
10. Мне как руководителю приходится в отступление от установленного графика идти на организацию в коллективе работ сверхурочно.
11. Для обеспечения контроля над выполнением планов и дисциплины исполнения требую, чтобы подчиненные информировали меня о проделанной ими работе.
12. Допускаю, чтобы подчиненные устанавливали свой собственный темп, режим и порядок выполнения работы, если это не отражается отрицательно на конечных результатах.
13. Осуществляю руководство, консультируясь и советуясь в разумной мере с подчиненными.
14. Стараюсь поддерживать в коллективе определенный этикет, стиль отношений и поведения. Слежу, чтобы подчиненные придерживались их.
15. Планирую служебный рост подчиненных так, чтобы люди знали перспективы своего продвижения и условия, требуемые для этого.
16. Считаю, что в современных условиях лучшие результаты в управлении (качество, надежность, точность и т. д.) достигаются, когда человек или коллектив работает в условиях принудительного режима, задаваемого извне.
17. В работе коллектива, которым я руковожу, бывают сбои, авралы.
18. Информирую коллектив о событиях, происходящих в нем, и общем положении дел в системе управления.
19. Поддерживаю свой внешний вид, одежду, порядок в кабинете, манеры поведения на должном уровне.
20. Оценка и стимулирование труда в коллективе осуществляются в соответствии с реальным вкладом каждого в общий результат.
21. Как руководитель я провожу в жизнь долгосрочную кадровую политику (придерживаюсь на практике определенных, известных коллективу принципов найма, продвижения, увольнения работников).
22. Анализируя работу своих подчиненных, прихожу к выводу, что они недостаточно знающие и умелые работники, у них не хватает инициативы, деловитости и других необходимых качеств.
23. В руководстве использую личный положительный пример как средство повлиять на подчиненных и создать благоприятный социально-психологический климат в коллективе.
24. В коллективе, которым я руковожу, бывают конфликты.
25. Создаю условия, при которых подчиненные имеют благоприятные возможности высказать мнение и оказывать практическое влияние на производственный процесс.
26. В руководстве использую распределение полномочий (оставляю за собой решение наиболее важных вопросов, а второстепенные делегирую на нижние уровни).
27. Читаю книги и слушаю лекции о том, как работать с людьми в процессе руководства.
28. Как руководитель придерживаюсь на практике известных мне теоретических и прикладных рекомендаций по работе с людьми.
29. Считаю, что для повышения отдачи от людей в сфере управления ведущую роль должны играть организационно-технические факторы (технические средства, приказы, регламенты, инструкции и т. п.), а на втором плане должны находиться соци-

ально-психологические (доверие, морально-психологический климат, сознательность и др.).

30. Производственные результаты коллектива, которым я руковожу, бывают высокими.
31. Как руководитель я создаю условия для обеспечения физического здоровья подчиненных на работе и в быту, побуждаю их укреплять свое здоровье.
32. Для обеспечения высоких производственных результатов создаю в коллективе условия для проявления творчества, новаторства, инициативы.
33. Требую от подчиненных точных обоснований при формировании производственных планов и мероприятий по совершенствованию производства и управления.
34. Ради производственной необходимости приходится отодвигать на второй план решение таких вопросов развития коллектива, как анализ и улучшение социально-психологического климата, поддержание общего порядка в организации труда и т. д.
35. Прилагаю усилия, чтобы добиваться от подчиненных обеспечения высокой дисциплины и выполнения принятого распорядка дня.
36. Работа коллектива осуществляется на основе четкого баланса прав, обязанностей, функций, ответственности, их справедливого распределения между подразделениями и членами коллектива.
37. Для достижения высоких производственных результатов в коллективе осуществляется профессиональная учеба и поощряется самостоятельная работа по повышению квалификации.
38. Большое внимание (как руководитель) я уделяю контролю действий подчиненных, поддержанию высокого темпа и качества их работы.
39. Стиль руководства, которого я придерживаюсь, оказывает положительное влияние на поведение членов коллектива, их отношение к работе и общий социально-психологический климат.
40. Стиль руководства, которого я придерживаюсь, оказывает положительное влияние на производственные результаты коллектива.

Обработка

1. В Вашем опросном листе должны быть представлены ответы на все 40 вопросов.
2. Обведите кружком порядковые номера следующих позиций Вашего опросного листа: 7, 10, 16, 17, 22, 24, 29, 34.
3. Проставьте по единице (1) рядом с теми обведенными порядковыми номерами, на которые Вы ответили «редко» — Р или «никогда» — Н.
4. Также поставьте по 1 рядом с теми необведенными порядковыми номерами, на которые Вы ответили «систематически» — С или «часто» — Ч.
5. Теперь обведите кружком уже не порядковые номера, а те единицы, которые Вы проставили рядом со следующими порядковыми номерами Вашего опросного листа: 1, 3, 7, 8, 9, 12, 13, 15, 18, 19, 20, 21, 23, 24, 25, 26, 27, 31, 39. Если рядом с какими-то номерами единицы не окажется, то ничего не обводите.
6. Подсчитайте количество обведенных единиц и запишите в таблицу:

Л = ————.

Л	П	$С_л$	$С_п$
		%	%

7. Подсчитайте количество необведенных единиц и также запишите в таблицу:

П = ————.

8. Нанесите полученные значения Л и П на соответствующие оси графика (см. рис. П.14); проведите из этих точек перпендикуляры к осям и найдите точки пересечения этих перпендикуляров между собой на графике.

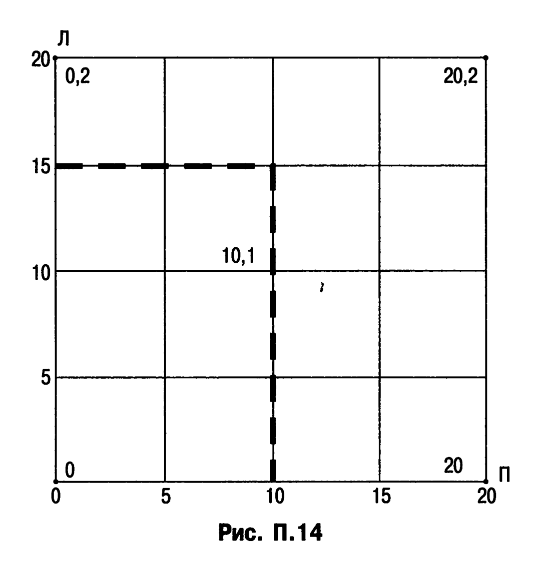


Рис. П.14

9. Вычислите затем значения:
   $С_л = Л \times 5$;
   $С_п = П \times 5$.
   Также внесите значения $С_л$ и $С_п$ в вышеприведенную таблицу.

Интерпретация результатов оценки. Значение Л отражает количественно Вашу ориентированность в процессе руководства на формирование и поддержание благоприятного социально-психологического климата в коллективе, на «человеческие отношения», на людей.

Значение П отражает количественно вашу ориентированность на достижение производственных целей, опору на формальную организацию и власть руководителя.

Та или иная точка пересечения перпендикуляров, проведенных на графике от полученных Вами значений Л и П, указывает на конкретное значение количественной оценки стиля Вашего руководства. Эта оценка лежит в пределах следующих четырех крайних (экстремальных) стилей, ближе к какому-то из них.

Стиль 0.0. При этом стиле руководитель очень мало заботится как о достижении целей собственного производства, так и о создании благоприятного социально-психологического климата в коллективе. Фактически руководитель устранился от работы, пустил все на самотек и просто проводит время, передавая информацию от своих руководителей подчиненным и наоборот.

Стиль 20.20. Это идеальный стиль руководства. У такого руководителя в равной и — притом максимальной — степени проявляется ориентированность на достижение высоких производственных результатов и на заботу о создании благоприятного социально-психологического климата в коллективе. Такой стиль, как правило, позволяет добиваться успешного решения производственных задач в сочетании с условиями для наиболее полного раскрытия творческих способностей членов коллектива.

Стиль 20.0. Данный тип стиля присущ чаще всего руководителям-автократам, которые заботятся только о работе, о выполнении производственно-хозяйственных задач, игнорируя человеческий фактор, личность работника, мнение коллектива. Нередко такой руководитель превращается в погонялу и действует по принципу «давай-давай», который со вре-

менем изживает себя настолько, что перестает приносить успех и в достижении производственных целей.

Стиль 0.20. При таком стиле руководитель очень мало заботится о производстве, если вообще заботится о нем. Все внимание направлено на поддержание и сохранение хороших, приятельских отношений с подчиненными. Создается такой социально-психологический климат, где все расслаблены, дружны. И этот психологический комфорт обволакивает коллектив, отодвигая на второй план решение производственно-хозяйственных задач. В конечном счете такая ориентация на человеческие отношения не только затрудняет достижение производственных результатов, но и подрывает изнутри устои сложившегося уютного социально-психологического климата. Это может привести к утрате руководителем авторитета лидера.

Если Л и П отражают ориентированность стиля по соответствующим составляющим в абсолютных единицах, то относительные значения представлены единицами $С_л$ и $С_п$. Они показывают, какой процент от идеала при ориентации на людей и производство представляет собой данный стиль руководства коллективом, каковы фактические знания, сколько не хватает до идеального, по каким составляющим стиля руководства следует совершенствоваться.

Литература

Абульханова-Славская К. А. О путях построения типологии личности // Психологический журнал. 1983. № 1.

Абульханова-Славская К. А. Стратегия жизни. М.: Мысль, 1991. Гл. 2.

Азаров В. Н. Стиль действования: импульсивность управляемость // Вопросы психологии. 1982. № 3.

Азаров В. Н. Структура импульсивного и рефлексивно-волевого стилей поведения // Вопросы психологии. 1988. № 3.

Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии. М., 1993.

Айзенк Г. Проверьте свои способности. М.: Мир, 1972.

Акимова М. К. Соотношение скорости и точности реакции выбора с основными свойствами нервной системы // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии. М., 1971. Вып. 1 (3).

Акимова М. К. Формирование скоростного навыка в связи с индивидуальными особенностями по силе и лабильности нервных процессов // Вопросы психологии. 1972. № 2.

Акимова М. К. Формирование скоростного двигательного навыка в связи с индивидуальными особенностями по силе и лабильности нервных процессов // Психофизиологические вопросы становления профессионала / Под ред. К. М. Гуревича. М., 1974. С. 76–101.

Акимова М. К. Проявление силы нервной системы в некоторых видах интеллектуальной деятельности // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. Пермь. 18–20 июня 1975 г. М., 1975. С. 3–4.

Акимова М. К., Гуревич К. М. Индивидуальные различия в некоторых видах интеллектуальной деятельности и сила нервной системы // Проблемы общей, возрастной и педагогической психологии. М.: Педагогика. 1978. С. 6–21.

Акимова М. К., Козлова В. Т. Учет психологических особенностей учащихся в процессе обучения // Вопросы психологии. 1988. № 6. С. 71–77.

Аладжалова Н., Арнольд О. The role of the slow controlling system of the brain in regulation of vigelance in introverts and extraverts: some effects of sleep deprivation // Soviet J. of Psychology. 1991. № 12. P. 58–68.

Александров А. А. Типология делинквентного поведения при психопатиях и акцентуациях характера // Нарушения поведения у детей и подростков. М., 1981.

Алешина Е. С., Дейнека О. С. Соотнесение когнитивного стиля с индивидуальным стилем на основе анализа ориентировочных и исполнительных компонентов // Когнитивные стили. Таллин, 1986. С. 65–68.

Аллагулов Р. И. О возрастной и типологической структуре свойств темперамента в подростковом возрасте // Экспериментальные исследования личности и темперамента. Пермь, 1971. С. 45–70.

Аль Акур Сами Мухамед. Особенности структур интегральной индивидуальности у экстравертированных и интровертированных студентов гуманитарного вуза: Автореф. дис. ... канд. наук. Ставрополь, 1999.

Алякринский Б. С. О таланте и способностях. М., 1988.

Аминов Н. А. О некоторых психофизиологических факторах, определяющих индивидуальную устойчивость к действию однообразия // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты: Тезисы докладов. М., 1975. С. 11–13.

Аминов Н. А. Когнитивные стили и их физиологическая детерминированность // Исследование по проблемам социальной и общей психологии и дифференциальной психофизиологии. М., 1980.

Аминов Н. А. Психофизиологические и психологические предпосылки педагогических способностей // Вопросы психологии. 1988. № 5. С. 71–77.

Аминов Н. А. О типах специальных способностей школьных психологов // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 131–132.

Аминов Н. А. Модельные характеристики способностей и одаренности учителя // Способности: к 100-летию со дня рождения Б. М. Теплова. Дубна: Феникс, 1997.

Аминов Н. А., Азаров В. Н. Изучение индивидуальных различий в предрасположенности к состоянию тревоги в рамках концепции двух сигнальных систем // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Педагогика. Т. X. 1981. С. 98–112.

Аминов Н. А., Азаров В. Н. (1991), цит. по: *Голубева Э. А.* Способности и индивидуальность. М., 1993.

Амон Т. О. Взаимосвязь эмоциональных и нейродинамических характеристик артистов балета // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты: Тезисы докладов. М., 1975. С. 13–15.

Ананьев Б. Г. О взаимосвязях в развитии способностей и характера // Доклады на совещании по вопросам психологии личности. М., 1956. С. 96.

Ананьев Б. Г. Психология чувственного познания. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1960.

Ананьев Б. Г. Восприятия пространства и времени. Л.: Изд-во ЛГУ, 1961. С. 43.

Ананьев Б. Г. Формирование одаренности // Склонности и способности: Сборник статей. Л.: Изд-во ЛГУ, 1962. С. 15–36.

Ананьев Б. Г. Человек как предмет познания. Л.: Изд-во ЛГУ, 1969.

Ананьев Б. Г. Избранные психологические труды. М.: Педагогика, 1980. Т. 1.

Анастази А. Психологическое тестирование. М.: Педагогика, 1982. Кн. 2. Гл. 13.

Анастази А. Дифференциальная психология. М.: Апрель Пресс, ЭКСМО-Пресс, 2001.

Андреев П. М. Соматологический подход к изучению личности взрослого и ребенка // Психоневрологические науки в СССР. Материалы I Всесоюзного съезда по изучению поведения человека. М.; Л., 1930.

Андрос О. Я. Стиль самоорганизации деятельности студента в структуре интегральной индивидуальности // Интегральное исследование индивидуальности: стиль деятельности и общения. Пермь, 1992.

Андрос О. Я. Самостоятельный выбор стиля как фактор развития интегральной индивидуальности (на материале лонгитюдного исследования студентов): Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1994.

Андрос О. Я., Безгина О. В., Маствилискер Э. И. Влияние типа взаимодействия на устойчивость индивидуального стиля в совместной деятельности // Психологические проблемы индивидуальности. Вып. III. Л.; М., 1985. С. 143–145.

Анохин П. К. Биология и нейрофизиология условного рефлекса. М.: Медицина, 1968.

Антонов Е. А., Крестовников А. А., Морозов Г. Р., Халилов Р. Х., Чен О. Н. Сравнительная характеристика типологических особенностей нервной системы у лыжников-двоеборцев, прыгунов на лыжах с трамплина и биатлонистов // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 55–60.

Антонова Г. П. О соотношении индивидуальных различий в мыслительной деятельности школьников и особенности их высшей нервной деятельности // Вопросы психологии. 1966. № 1.

Антонова Г. П. О возрастных изменениях некоторых особенностей нервных процессов учащихся // Третий Всесоюзный съезд общества психологов, тезисы докладов. Т. 1. М., 1968.

Антонова Г. П. Изменение восприимчивости к знаниям под влиянием обучения // Вопросы психологии. 1984. № 5. С. 60.

Анциферова Л. И. Личность в трудных жизненных условиях: переосмысливание, преобразование ситуаций и психологическая защита // Психологический журнал. 1994. № 1.
Апраксина О. К Вопросу о диагностике музыкальных способностей // Музыкальное воспитание в школе. Вып. 2. М., 1976.
Аптер И. М. О зависимости развития разных форм неврастении от типологических особенностей нервной системы // Вопросы клиники, патофизиологии и лечения психических заболеваний. Луганск, 1966. С. 48–52.
Аргентова Т. Е. Стиль общения как фактор эффективности совместной деятельности // Психологический журнал. 1984. № 6.
Арбузов В. В., Илларионов Г. Г., Фетискин Н. П. Типологические особенности в проявлении основных свойств нервной системы у боксеров // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 25–30.
Артемьева Т. И. Методологический аспект проблемы способностей. М.: Наука, 1977.
Артилаква А. Темперамент ребенка. Батуми, 1960.
Аршавский В. В. Особенности типов полушарного реагирования и уровень тревожности у праворуких и леворуких индивидов в различных регионах России и Латвии // Физиология человека. 1998. № 1. С. 134–137.
Асланян Е. В., Кирой В. Н. Об индивидуальных особенностях реагирования на действие факторов монотонии // Психологический журнал. 2003. № 4.
Асмолов А. Г. Когнитивный стиль личности как средство разрешения проблемно-конфликтных ситуаций // Когнитивные стили. Таллин, 1986. С. 21–23.
Астахов Р. Л. Тревожность как фактор трансформации личности подростков // Психология XXI века: Тезисы Международной межвузовсқой научно-практической студенческой конференции. СПб., 2000. С. 168.
Асфандиярова С. И., Субханкулов М. Г.. Щукин М. П. Некоторые типологически обусловленные особенности учебно-производственной деятельности учащихся-токарей // Типологические исследования по психологии личности и по психологии труда. Пермь, 1964. С. 67–79.
Афанасьев В. Г. Человек в управлении обществом. М.: Политиздат, 1977.
Бабаян И. В. Особенности самоутверждения личности в связи с социальным интересом и эмоционально-личностными характеристиками (на примере женщин-воспитателей и студенток педагогического училища). Диплом бакалавра. СПб.: СПбГУ, 2003.
Бабынин Э. В. Генетические аспекты темперамента // Психологический журнал. 2003. № 5.
Багаутдинов Р. М. Методическое пособие по изучению индивидуального стиля в учебной и трудовой деятельности учащихся в зависимости от свойств темперамента. Алма-Ата, 1987.
Базылевич Т. Ф. Введение в психологию целостной индивидуальности. М.: ИП РАН, 1998.
Байметов А. К. Некоторые обусловленные силой возбуждения факторы индивидуального стиля в учебной деятельности старшеклассников // Типологические исследования по психологии личности. Пермь, 1967. С. 104–138.
Байтикова Ш. С. Преобладание первой или второй сигнальной системы как дифференцирующий признак высшей нервной деятельности // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты: Тезисы докладов. М., 1975. С. 20–21.
Балевский П. П. Относительно некоторых возрастных и типологических особенностей детей и подростков от 6 до 17 лет // Материалы VI научной конференции по вопросам возрастной морфологии, физиологии и биохимии. М., 1963. С. 258.
Балин В. Д. О соотношении фоновых ЭЭГ индикаторов активации и некоторых показателей продуктивности психической деятельности // Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 3. Л.: ЛГУ, 1971. С. 48–52.
Баранов А. А. Стресс-толерантность педагога. Теория и практика. М.: Аст; Ижевск: Издательский дом «Удмуртский университет», 2002.
Баринова Т. В. Изучение влияния природных особенностей на формирование индивидуально-своеобразной стратегии профессионального поведения у ткачих-ковровщиц //

Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека: Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 11–12.

Батурин А. В., Боровер Ю. С., Вдовий В. П., Козлов Ю. А., Третьякова Н. А. Исследование высшей нервной деятельности как один из методов профессионального отбора // Физиология труда: Тезисы докладов VI Всесоюзной научной конференции по физиологии труда. М., 1973. С. 43–44.

Безносов С. П. Особенности оценочного стиля личности: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1982.

Белов Н. А. Физиология типов. Орел, 1924.

Белоус В. В. Общевидовые нелинейные инварианты ортогональных свойств темперамента // Проблемы экспериментальной психологии личности. Вып. 6. Пермь, 1970.

Белоус В. В. О компенсаторных механизмах, соответствующих инварианту типа уравнения параболы между ортогональными показателями свойств темперамента // Проблемы интегрального исследования индивидуальности. Пермь, 1977. С. 23–36.

Белоус В. В. Проблема типа темперамента в современной дифференциальной психофизиологии // Психологический журнал. 1981. № 1.

Белоус В. В. Психологические симптомокомплексы и инварианты темперамента: Автореф. дисс. ... докт. наук. М., 1982.

Белоус В. В. Функциональная роль типа темперамента в индивидуальной и совместной деятельности людей // Вопросы психологии. 1984. № 4.

Белоус В. В. Тип темперамента и его функция в деятельности повышенной сложности // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 12–14.

Белоус В. В. Интегральная индивидуальность: подходы, факты, перспективы // Психологический журнал. 1996. № 1.

Белоус В. В. Место и роль интегральной индивидуальности в современной науке // Психологический журнал. 1998. № 1.

Белоус В. В. Опыт построения психологии полиморфной индивидуальности // Психологический журнал. 2002. № 5.

Белоус В. В., Щебетенко А. И. Тип нервной системы и успешность группового решения кратковременных задач на движение // Психологический журнал. 1984. № 2.

Белоусов С. Н. Индивидуальная манера ведения боя и пути ее формирования у боксеров: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1976.

Беляев Д. К. Социальное и биологическое в человеке // Политическое самообразование. 1982. № 2.

Бена Э., Госковец И., Штикар И. Психология и физиология шофера. М., 1965.

Берулава Г. А. Новые тенденции в исследовании когнитивных стилей // Новые исследования проблемы когнитивных стилей в психологии. М., 1995. С. 3–14.

Бесстрашная Н. А. Роль индивидуальных психофизиологических особенностей подростков в успешности освоения профессии машинистки // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека: Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 15–16.

Бехтерев В. М. Одаренность, гениальность и мозг // Вестник знания. 1927. № 14.

Бине А. Современные идеи о детях. М., 1910. С. 7.

Бирюков С. Д. Психогенетическое исследование пластичности как черты темперамента человека // Психологический журнал. 1992. № 5.

Бирюкова З. И. Высшая нервная деятельность спортсменов. М.: ФиС, 1961.

Бирюкова Н. В., Ипатов Б. Ю., Моисеенко С. А. Изучение некоторых личностных свойств школьников разного возраста // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсменов. Л., 1976. С. 168–174.

Блонский П. П. Психологические очерки. М.: Новая Москва, 1927.
Блонский П. П. Избранные психологические произведения. М.: Просвещение, 1964.
Блох Л. С. Возрастные особенности дифференцированного торможения // Опыт систематического экспериментального исследования онтогенетического развития корковой динамики человека. М.: Изд-во ВИЭМ. С. 140.
Богословский В. В. Общая психология: Учебное пособие. М., 1973.
Богоявленская Л. Б. Интеллектуальная активность как проблема творчества. Ростов-на-Дону: РГУ, 1983.
Богоявленская Л. Б., Моргунова Р. С., Ривина И. В. Исследование некоторых психофизиологических коррелятов интеллектуальной активности // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 24–25.
Бодалев А. А. О качествах личности, нужных для успешного общения // Личность и общение. Избр. труды. М.: Педагогика, 1983. С. 55.
Бодалев А. А. О направлении и задачах научной разработки проблемы способностей // Вопросы психологии. 1984. № 1.
Бодалев А. А., Каштанова Т. Р. Теоретико-методологические аспекты изучения эмпатии // Групповая психотерапия при неврозах и психозах. Л., 1975. Т. XXXVI. С. 11–19.
Бодунов М. В. О соотношении активности со свойствами нервной системы // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. Пермь, 1975. М., 1975. С. 26–27.
Болбочану А. А. Проявление силы нервной системы в некоторых особенностях умственной работоспособности у детей 9–10 лет // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека: Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 21–22.
Большунова Н. Я. Взаимосвязь индивидуальных различий по параметру непроизвольной-произвольной регуляции с особенностями соотношения сигнальных систем: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1981.
Бондарев И. П., Воронина Н. Д., Добромыслова В. И., Чичерин Д. С., Юровских В. Г. Психофизиологические основы формирования и прогнозирования профессиональной пригодности к труду с высоким нервно-эмоциональным напряжением // Психологические проблемы повышения эффективности и качества труда. Часть I: Тезисы научных сообщений советских психологов к VI Всесоюзному съезду Общества психологов СССР. М., 1983. С. 109–110.
Борисова Е. М. Проявление свойства лабильности нервной системы в формировании профессионально важных качеств ткачих // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты: Тезисы докладов. М., 1975. С. 29–30.
Борисова М. Н. Методика определения соотношения I и II сигнальных систем в условиях зрительного запоминания // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. М., 1956. Т. 1. С. 307–332.
Борисова М. Н. Определение порогов различения и выработки тонких сенсорных дифференцировок как путь к изучению концентрированности процесса возбуждения // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. М., 1959. Т. II.
Борисова М. Н. О типологическом значении некоторых показателей двигательных реакций // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М., 1969. Т. 6. С. 38–57.
Борисова М. Н., Ермолаева-Томина Л. Б., Равич-Щербо И. В. О надежности и валидности некоторых показателей, связанных с измерением зрительной чувствительности // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Просвещение, 1969. Т. VI. С. 235–252.
Бороздина Л. В. Исследование уровня притязаний. М.: ИПАН, 1993.
Борягин Г. И. Исследование индивидуальных различий по уравновешенности нервных процессов // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. М., 1959. Т. II.

Бочкарев Л. Л. Проблемы психологии музыкальных способностей // Художественное творчество. М., 1983.

Бояринцев В. П. Психодинамические детерминанты индивидуального стиля деятельности в стохастической среде у младших школьников и подростков // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Пермь, 1982 С. 24–25.

Брикс З. Н. Дальнейшее изучение взаимодействия сигнальных систем у детей разных типов высшей нервной деятельности // Труды института высшей нервной деятельности: Серия патофизиология. Т. 8. М., 1961. С. 28–35.

Брикс З. Н., Халдеева Л. Ф., Нестеренко С. В. Связь профессиональной успешности у подростков с их индивидуальными психофизиологическими особенностями // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека: Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 23–24.

Бруснецова Т. Н. Исследование когнитивных стилей учащихся в автоматизированной системе обучения // Вопросы психологии. 1984. № 4.

Брушлинский А. В. Проблемы психологии субъекта. М., 1994.

Букреев И. С. Психологические предпосылки формирования творческой индивидуальности студента-дирижера: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1983.

Буксеев Н. А. Связь стиля деятельности с некоторыми индивидуально-психологическими особенностями борцов // Психофизиологические аспекты учебной и спортивной деятельности. Л., 1987. С. 12–17.

Быков В. В., Трофимов О. Н., Федорова Г. Н. Выполнение технических элементов баскетбола на соревнованиях и тренировках в зависимости от типологических особенностей спортсменов // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 53–59.

Быстрова Г. В. Зависимость способностей восприятия и понимания художественных тестов от свойств общего и специального типов высшей нервной деятельности // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь, 1968. С. 168–181.

Быстрова Г. В. Зависимость способностей к усвоению литературы от типологических особенностей во взаимодействии первой и второй сигнальных систем // Темперамент. Пермь: Изд-во ПГПИ, 1976. С. 104–119.

Бэкон Ф. Новая Атлантида. Опыты и наставления нравственные и политические. М., 1954. С. 118–119.

Бэн А. Об изучении характера. СПб., 1866.

Вайнштейн А. Л., Жур В. П. Влияние силы нервной системы на характер обучения физическим упражнениям младших школьников // Вопросы теории и практики физкультуры. Вып. 2. Минск, 1973. С. 56–60.

Вайнштейн А. Л., Жур В. П. Влияние характера начального обучения теннису на рост спортивных достижений в связи с силой и слабостью нервной системы // Сборник тезисов респ. конф. преподавателей вузов БССР. Минск, 1971. С. 157–160.

Вайцеховский С. М. Книга тренера. М.: ФиС, 1972. С. 239–240.

Васильев А. Н. Соотношение величины времени реакций на возникновение и прекращение сигнала как показатель силы нервной системы // Вопросы психологии. 1960. № 6. С. 113.

Василенко В. Е. Взаимосвязь показателей интеллекта и фрустрационных реакций // Ананьевские чтения–98: Тезисы научно-практической конференции. СПб., 1998. С. 28–29.

Василенко Л. Д. Психологический симптомокомплекс, обусловленный подвижностью нервной системы // Типологические исследования по психологии личности. Вып. 4. Пермь, 1967. С. 60–76.

Василенко Л. Д. О взаимодействии ортогональных симптомокомплексов при характеристике типа темперамента // Проблемы экспериментальной психологии личности. Вып. 6. Пермь, 1970. С. 233–243.

Василец Т. В. Активированность и градиент продуктивности интеллектуальных функций // Материалы IV Всесоюзного съезда Общества психологов СССР. Тбилиси, 1971.

Васильев А. Н. Соотношение величин времени на возникновение и прекращение сигналов как показатель силы нервной системы // Вопросы психологии. 1960. № 6.

Васильев И. А., Куль. Ю. Влияние индивидуальных психологических различий на процесс решения проблем // Вопросы психологии. 1985. № 1.

Василькова А. П. Взаимосвязи эмпатии с личностными свойствами будущих специалистомедиков // Ананьевские чтения–99. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 1999. С. 180–181.

Василюк Ф. Е. Типология переживания различных критических ситуаций // Психологический журнал. 1995. № 5.

Венгер Л. А. Педагогика способностей. М., 1973.

Венгер Л. А. К вопросу о генезисе и психологической структуре способностей // Тезисы научных сообщений советских психологов к XXI Международному психологическому конгрессу. М., 1976. С. 60–63.

Вернадский В. И. О правизне и левизне // Проблемы биогеохимии. 1940. Вып. IV.

Вдовиченко А. А. О типах акцентуации характера у делинквентных подростков // Психологические проблемы психогигиены, психопрофилактики и медицинской деонтологии. Л., 1976.

Визгина А. В., Пантилеев С. Р. Проявление личностных особенностей в самоописаниях мужчин и женщин // Вопросы психологии. 2001. № 3.

Викторов П. Учение о личности как нервно-психическом организме. Вып. 1. М., 1887.

Виноградов М. И. Физиология трудовых процессов. М.: Медицина, 1966.

Винокуров А. И. Взаимосвязь индивидных и личностных характеристик человека: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1996.

Властовский В. Г. Акселерация роста и развития детей. М., 1976.

Волков В. В. Возрастные показатели развития образной памяти у школьников // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 105–113.

Волков И. П. Стили руководства при решении задач социального развития коллективов предприятия // Социальная психология и социальное планирование. Л., 1973.

Волкова О. В. Влияние стиля руководства на социально-психологический климат: Дипломная работа. СПб.: СПбГУ, 2002.

Вопросы психологии способностей: Сборник статей. М.: Педагогика, 1973.

Воронин Е. В. Формирование индивидуального стиля игры в настольном теннисе: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1984.

Выготский Л. С. Педагогическая психология. М.: Работник просвещения, 1926.

Выржиковский С. Н,, Майоров Ф. П. Материалы к вопросу о влиянии воспитания на склад высшей нервной деятельности собак // Труды физиологической лаборатории И. П. Павлова. Л., 1933. Т. 5. С. 171–192.

Высотская Н. Е. Проявление типологических особенностей по «подвижности-инертности» нервных процессов у гимнастов и акробатов // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972а. С. 112–117.

Высотская Н. Е. Проявление свойства «подвижность-инертность» процессов возбуждения и торможения в различные возрастные периоды // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972б. С. 80–85.

Высотская Н. Е. Индивидуальные особенности фиксированной установки в связи с подвижностью нервных процессов // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 116–120.

Высотская Н. Е. Изучение индивидуальных качеств, влияющих на успешность овладения профессией артиста балета: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1976.

Высотская Н. Е., Илларионов Г. Г., Ильин Е. П., Мамажанов А. Х., Семенов М. И., Скрябин Н. Д., Фетискин Н. П., Фирилева Ж. Е. Психофизиологические особенности артистов цирка // Психофизиология спортивных и трудовых способностей человека. Л., 1974. С. 133–142.

Высотская Н. Е., Ильин Е. П., Перов В. А., Фетискин Н. П. Дальнейшие исследования состояния монотонии у рабочих прессового производства Волжского автозавода // Психофизиология спортивных и трудовых способностей человека. Л., 1974. С. 40–62.

Высотская Н. Е., Сухарева А. М. Психофизиологические особенности учащихся хореографического училища // Психофизиология спортивных и трудовых способностей человека. Л., 1974. С. 143–159.

Вяткин Б. А. Влияние ситуации напряжения на некоторые двигательные качества школьников в зависимости от типологических различий по силе процесса возбуждения // Вопросы психологии. 1964. № 4.

Вяткин Б. А. Темперамент как фактор спортивной деятельности // Очерк теории темперамента. Пермь, 1973. С. 181–221.

Вяткин Б. А. Роль темперамента в спортивной деятельности. М.: ФиС, 1976.

Вяткин Б. А. Стиль активности как предмет интегрального исследования индивидуальности // Системное исследование индивидуальности. Стиль деятельности и общения. Пермь, 1992. С. 36–55.

Вяткин Б. А. Интегральная индивидуальность человека и ее развитие в специфических условиях спортивной деятельности // Психологический журнал. 1993. № 2.

Вяткин Б. А. Лекции по психологии интегральной индивидуальности человека. Пермь, 2000.

Вяткин В. А., Егоров И. В. Типологические различия в динамике формирования двигательных навыков при различных мотивах деятельности // Психологические вопросы тренировки и готовности спортсменов к соревнованию. М., 1969. С. 96–100.

Вяткин Б. А., Праведникова И. Е. Системная характеристика индивидуального стиля моторной активности и его системообразующая функция // Системное изучение интегральности. Пермь, 1991. С. 97–98.

Вяткин Б. А., Щукин М. Р. Развитие учения об интегральной индивидуальности: проблемы, итоги, перспективы // Психологический журнал. 1997. № 3.

Вяткина З. Н. Индивидуальный стиль деятельности учителя на уроке в зависимости от свойств нервной системы // Темперамент и спорт. Пермь, 1976. Вып. 3. С. 99–117.

Вяткина Л. А. Типологически обусловленный индивидуальный стиль в решении практических задач как показатель общих способностей у старших школьников // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь, 1970. С. 244–264.

Гаврилов В. Д. Проявление выносливости и ее компонентов у юношей, занимающихся спортивным ориентированием // Психофизиология. Л., 1979. С. 58–62.

Гаврилова Т. П. Эмпатия и ее особенности у детей младшего и среднего школьного возраста: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1977.

Гаврилова Т. П. Анализ эмпатийных переживаний младших школьников и младших подростков // Психология межличностного познания. М., 1981.

Гак Г. М. Диалектика коллектива и индивидуальность. М.: Мысль, 1967.

Галигузова Л. Н. Психологический анализ феномена детской застенчивости // Вопросы психологии. 2000. № 5.

Гальтон Ф. Наследственность таланта, ее законы и последствия. СПб., 1875.

Гарцштейн Н. Г. О возрастных особенностях условного торможения у детей // Опыт систематического исследования условно-рефлекторной деятельности ребенка. М.; Л.: Работник просвещения, 1930.

Герасименко Т. С. Факторы школьной неуспеваемости: Дипломная работа. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2002.

Герасимов В. П. Особенности учебной деятельности младших школьников в связи с подвижностью нервных процессов: Автореф. дис. ... канд. наук. М., 1976.

Герасимова Н. А. Психофизиологические факторы мотива достижения и успеваемость школьников: Дипломная работа. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2000.

Гидиков А. А. Кибернетика и корковая регуляция движений. София, 1964.

Гилева О. Б., Бочарова Т. В. Влияние социальных условий на структуру темперамента // Вопросы психологии. 2000. № 4.

Гиппократ. О древней медицине. Избр. книги, 1936.

Гительмахер Р. Б. История одного конфликта // ЭКО. М., 1988.

Глухова Р. И., Воробьева А. Л. Исследование некоторых психофизиологических показателей умственной работоспособности у детей // Новые исследования по возрастной физиологии. М., 1974.

Гоббс Т. Левиафан, или Материя, форма и власть государства церковного и гражданского. М., 1963. С. 113.

Головей Л. А. Дифференциально-психологические факторы профессионального самоопределения // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 3. СПб., 1999. С. 76–83.

Голубева Э. А. Реакция навязывания ритма как метод исследования в дифференциальной психофизиологии // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Просвещение, 1972. Т. VII. С. 7–24.

Голубева Э. А. Индивидуальные особенности памяти человека: психофизиологическое исследование. М.: Педагогика, 1980.

Голубева Э. А. Об изучении психофизиологическими методами проблемы соотношения общих и специально человеческих свойств высшей нервной деятельности // Психологический журнал. 1982. № 2.

Голубева Э. А. О соотношении общих человеку и животным и специально человеческих свойств как факторов индивидуально-психологических различий // Мозг и психическая деятельность. М., 1984.

Голубева Э. А. Способности и склонности. М., 1989.

Голубева Э. А. Способности и индивидуальность. М.: Прометей, 1993.

Голубева Э. А. Типологический и измерительный подходы к изучению индивидуальности: от Освальда и Павлова к современным исследованиям // Психологический журнал. 1995. № 1.

Голубева Э. А., Гусева Е. П. Свойства нервной системы как фактор продуктивности непроизвольного и произвольного запоминания // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М., 1972. Т. VII. С. 176–193.

Голубева Э. А., Гусева Е. П., Изюмова С. А. Свойство лабильности инертности, память и следовые процессы // Психология и психофизиология индивидуальных различий. М.: Педагогика, 1977. С. 116–123.

Голубева Э. А., Изюмова С. А., Трубникова Р. С., Печенков В. В. Связь ритмов электроэнцефалограммы с основными свойствами нервной системы // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Просвещение, 1974. Т. VIII. С. 160–174.

Голубева Э. А., Рождественская В. И. Изменение биотоков мозга в ходе умственной деятельности и типологические различия по лабильности и динамичности нервной системы // Проблемы дифференциальной психофизиологии. Т. 6. М.: Просвещение, 1969. С. 49–73.

Гоноболин Ф. Н. Психология: Учебное пособие. М., 1973.

Гончаров В. И. Формирование двигательных умений (мнемические аспекты). Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1983.

Гончаров В. И. Роль типологических особенностей нервной системы в запоминании и сохранении образа физических упражнений // Психофизиологические особенности учебной и спортивной деятельности. Л., 1984. С. 71–81.

Горбачев А. И. К вопросу об обусловленности индивидуального стиля деятельности судей по волейболу // Психология физического воспитания и спорта: Тезисы докладов к VII Всесоюзной конференции. М., 1973. Ч. 2. С. 90–91.

Горбунов Ю. Я. Индивидуальный стиль волевой активности и его системообразующая функция // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991.

Гордеева А. К., Клягин В. С. О некоторых проявлениях силы нервной системы в деятельности водителя автобуса // Вопросы психологии. 1977. № 1.

Горожанин В. С. Максимальные скоростные показатели и некоторые свойства нервной системы человека // Вопросы психологии. 1971. № 3.

Горожанин В. С. Скоростные способности человека и подвижность нервной системы // Теория и практика физической культуры. 1974. № 10.

Горожанин В. С. Регуляция двигательной активности как проблема дифференциальной психофизиологии // Вопросы психологии. 1977. № 2.

Горожанин В. С. Свойства нервной системы, вызванные потенциалы и гормоны плазмы крови // Психологический журнал. 1987. № 6.

Готсдинер А. Л., Мясищев В. Н. Проблема музыкальных способностей и их социальное значение // Роль музыки в эстетическом воспитании детей и юношества. Л., 1981.

Граевская Н. Д. К вопросу о значении анамнеза для определения функционального состояния и типологических особенностей высшей нервной деятельности спортсменов // Проблемы врачебного контроля. М.: ФиС, 1955.

Грей Д. А. Сила нервной системы, интроверсия, экстраверсия, условные рефлексы и реакция активации // Вопросы психологии. 1968. № 3.

Гржибкова Л. К проблеме таланта и вопросам его идентификации // Диагностика познавательных и профессиональных способностей. М.: ИПАН, 1988.

Григоренко Е. А., Кочубей Б. И. Исследование процесса выдвижения и проверки гипотез близнецами // Новые исследования в психологии. 1989. № 2.

Григорьева З. В. Психологическая характеристика парашютистов // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 48–52.

Гришина Н. В. К вопросу о предрасположенности к конфликтному поведению // Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 10. Психические состояния. Л., 1981.

Грушевский Е. Ф. Общие закономерности в корреляциях между типом нервной системы и характером реагирования на химические (лекарственные и токсические) вещества: Автореф. дисс. ... докт. наук. М., 1961.

Губко А. Т. О специально человеческих типах высшей нервной деятельности // Вопросы психологии. 1958. № 3.

Губко А. Т. Типологические различия в мыслительной деятельности старшеклассников // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 30–32.

Гулина М. А. Проявление характеристик внимания в индивидуальном стиле деятельности при различных свойствах темперамента: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1987.

Гуревич К. М. К вопросу о психологических проявлениях основных свойств нервной системы в трудовой деятельности // Вопросы психологии. 1961. № 1.

Гуревич К. М. Последействие положительных и тормозных раздражителей в двигательной реакции // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. Т. III. М., 1963. С. 240–247.

Гуревич К. М. Профессиональная пригодность и основные свойства нервной системы. М.: Наука, 1970.

Гуревич К. М. Овладение профессиональным мастерством как проблема дифференциальной психофизиологии // Психофизиологические вопросы становления профессионала. М., 1974. С. 11–27.

Гуревич К. М., Клягин В. С., Серков М. И. Индивидуальные особенности операторов и эксплуатационная надежность // Психофизиология труда операторов автоматизированного производства. М., 1974. С. 19–24.

Гуревич Б. Х., Колесников М. С. Определение типа нервной системы животных в условиях их свободного поведения // Физиологический журнал СССР. 1955. № 3.

Гуревич К. М., Матвеев В. Ф. О профессиональной пригодности операторов и способах ее определения // Вопросы профессиональной пригодности оперативного персонала энергосистем. М., 1966.

Гусева Е. П. Особенности свойств нервной системы у подростков и их соотношение с некоторыми характеристиками познавательной деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1979.

Гусева Е. П., Лёвочкина И. А. Комплексное изучение индивидуальных особенностей математически одаренных учащихся // Индивидуальность человека: условия проявления и развития. Пермь, 1988. С. 29–30.

Гусева Е. П., Шляхта Н. Ф. Некоторые особенности показателей биоэлектрической активности мозга у подростков // Проблемы дифференциальной психофизиологии. Под ред. В. Д. Небылицына. М.: Наука, 1974. С. 199–214.

Гучетлев Р. Р. Быстрота адаптации к новому суточному распорядку дня спортсменов с подвижностью и инертностью нервных процессов // Психофизиологические изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 54–63.

Гучетлев Р. Р. Влияние тренировочных нагрузок на суточную динамику психических процессов спортсменов: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1985.

Данилов В. А. Диагностика проявлений силы нервной системы в мыслительно-речевой деятельности // Вопросы психологии. 1973. № 3.

Данч И. Проявление у учащихся-токарей индивидуальных особенностей, связанных со свойствами нервной системы, в разных условиях деятельности //Психофизиологические особенности становления профессионала. М., 1974. С. 157–175.

Дарская (Фингерт) С. С. Распределение типов конституции у детей разного возраста // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 200–202.

Дворяшина М. Д. Опыт комплексного психологического и психофизиологического изучения структуры личности // Человек и общество. Вып. IV. 1969. Л.: Изд-во ЛГУ. С. 138.

Дворяшина М. Д., Копеина Н. С. Влияние лабильности на особенности интеллекта взрослых // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. М., 1975. С. 43–45.

Демьянов Л. Е., Долинский В. К., Никитина Н. Н., Мещерин В. И. Сравнительная характеристика типологических особенностей в проявлениии основных свойств нервной системы у пловцов и прыгунов в воду // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 31–35.

Дейнека О. С. Экономическая психология. СПб., 1999.

Делеу М. В. О взаимосвязи индивидуально-психологических, типологических и гормональных характеристик студентов в период их адаптации к вузу // Тезисы докладов кVII съезду общества психологов СССР. М., 1989. Дефектология, психофизиология, дифференциальная психофизиология. С. 118–119.

Депенчук М. В. Ролевой анализ некоторых берлинских пар в связи с процессом социокультурной адаптации // Ананьевские чтения–2000. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 2000. С. 240–241.

Дескюрэ Ж. Б. Ф. Зависть и ревность. СПб.: Изд-во В. И. Губинского, 1899.

Диагностика познавательных способностей. Ярославль, 1986.

Дидро Д. Собрание соч.: В 10 т. Т. II. М.; Л., 1935. С. 215.

Додонов Б. И. Типы общей эмоциональной направленности людей и тенденции структурирования их эмоциональной сферы // Вопросы психологии. 1972. № 1.

Докторов Б. З., Секун В. И. Исследование силы и уравновешенности нервной системы гимнастов методами факторного анализа // Теория и практика физической культуры. 1968. № 10.

Дольник Ю. А., Зайцев В. П. Исследование стартовых состояний у гребцов, отличающихся по способам решения двигательных задач // Психологические проблемы предсоревновательной подготовки квалифицированных спортсменов. Л., 1977. С. 52–59.

Дольник Ю. А., Ильин Е. П. Типологические особенности проявления свойств нервной системы у гребцов на байдарках и каноэ и вопросы комплектования команд // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976. С. 84–91.

Дорфман Л. Я. Индивидуальный эмоциональный стиль // Вопросы психологии. 1989. № 5. С. 88–95.

Дорфман Л. Я. Эмоционально-когнитивные синтезы в структуре индивидуального эмоционального стиля. Пермь, 1990.

Дорфман Л. Я. Образ человека в концепциях индивидуального стиля деятельности // Индивидуальность и способности. М., 1994. С. 43–70.

Дранков В. Л. Многогранность способностей как общий критерий художественного таланта // Художественное творчество. М., 1970.

Дрижика А. Г., Шевцова Л. Ф. Психофизиология скоростного бега и индивидуализация тренировочных режимов спринтеров на нейродинамической основе // Теория и практика физической культуры. 1976. № 10.

Дружинин А. Е. Индивидуально-типические особенности познавательных процессов как фактор успешности обучения: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1986.

Дружинин А. Е. Когнитивный стиль и успешность обучения // Психолого-педагогическое обеспечение учебного процесса. М.; Л., 1987.

Дружинин В. Н. Психология общих способностей. СПб.: Питер, 1999.

Дубинин Н. П. Биологические и социальные факторы в развитии человека // Вопросы философии. 1977. № 2.

Думитрашку Т. А. Факторы формирования индивидуальности в многодетной семье // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 74–75.

Дунчев В. Н., Палей И. М. Когнититвный стиль и дивергентное мышление // Когнитивные стили: Тезисы научно-практич. семинара. Таллин, 1986. С. 86–91.

Евсеева Л. Ф. Типологические особенности проявления основных свойств нервной системы у баскетболистов // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1979. С. 106–111.

Егорова В. Н. Соотношение типологических особенностей и результатов учебной деятельности // Ананьевские чтения–2001. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 2001. С. 272–274.

Егорова М. С. Проблема зависимости-независимости от поля и возможность ее исследования в генетике поведения // Вопросы психологии. 1981. № 4.

Егорова М. С. Природа межиндивидуальной вариативности показателей когнитивного стиля: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1983.

Егорова М. С., Марютина Т. М. Онтогенетика индивидуальности человека // Вопросы психологии. 1990. № 3.

Ермолаева-Томина Л. Б. Концентрированность внимания и сила нервной системы // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. Т. II. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1959. С. 92–105.

Ермолаева-Томина Л. Б. К вопросу об использовании кожно-гальванического показателя для определения типологических свойств нервной системы человека // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. Т. IV. М.: Изд-во АПН РСФСР, 1963.

Ермолаева-Томина Л. Б. Оценка показателей динамичности нервной системы по кожно-гальванической методике // Проблемы дифференциальной психофизиологии. Т. VI. М.: Просвещение, 1969. С. 214–227.

Ермолин А. В. Возрастно-половые и типические особенности представленности в сознании структуры мотива: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1996.

Ермолович Д. В. Некоторые основания к принципиальному разделению понятий темперамент и характер // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 18–20.

Жамкочьян М. С. Взаимосвязи некоторых характеристик активированности, интеллекта и личности в структуре индивидуальности // Проблема интегрального исследования индивидуальности. Пермь, 1978. Вып. 2. С. 125–139.

Жданова С. Ю. Стиль учебной деятельности и его развитие (на материале исследования студентов-филологов и математиков): Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1997.

Жемчугова Л. В. О связи динамической стороны общительности со свойствами нервной системы // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 45–47.

Жилкин В. П., Рожин И. А., Бородин В. М., Антонов А. А. Эффективность деятельности баскетболистов в связи со значимостью игр и с различными особенностями проявления свойств нервной системы // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 29–35.

Жмарев Н. В. Управленческая и организаторская деятельность тренера. Киев. Здоров'я, 1986.

Жоров П. А., Ермолаева-Томина Л. Б. О физиологических коррелятах экстраверсии и нейротизма // Новые исследования в психологии и возрастной физиологии. Вып. 2. 1971.

Журавлев А. Л. Факторы формирования стиля руководства производственным коллективом // Социально-психологические проблемы производственного коллектива. М., 1983.

Журавлев А. Л., Рубахин В. Ф. Индивидуальный стиль руководства коллективом // Психология управления. Вып. 11. М., 1976.

Завадовский Б. М. Очерки внутренней секреции. М., 1928.

Завалишина Д. Н. Психологическая структура способностей // Развитие и диагностика способностей. М.: Наука, 1991.

Залевский Г. В. Фиксированные формы поведения. Иркутск, 1976.

Зархин В. Г. Об одном исследовании индивидуально-психологических особенностей учащихся при обучении с помощью ЭВМ // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 51–54.

Зархин В. Г. О ролевой оценке лабильности нервной системы в процессе формирования навыка радиотелеграфирования //Новые исследования в психологии. М.: Педагогика, 1976. № 2(10). С. 38–42.

Зархин В. Г. Некоторые дифференциально-психофизиологические вопросы ограничения времени выполнения контрольных зданий // Вопросы психологии. 1977. № 4.

Зархин В. Г. Психофизиологические различия учащихся в процессе обучения с помощью ЭВМ // Вопросы психологии. 1979. № 1.

Затворницкая А. В. Индивидуальные особенности внимания в свете учения И. П. Павлова о типах высшей нервной деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1955.

Захаров А. И. Неврозы у детей и психотерапия. СПб., 1998. С. 91.

Зацепин В. И. На пути к общей типологии личности. СПб., 2002.

Зациорский В. М. Физические качества спортсмена. М.: ФиС, 1966.

Зациорский В. М., Сергиенко Л. П. Влияние наследственности и среды на развитие двигательных качеств человека (материалы исследования на близнецах) // Теория и практика физической культуры. 1975. № 6.

Звенигородская И. О., Кулешова Л. Н. Влияние личностных факторов на экспертную оценку успешности деятельности // Личность и деятельность. Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 11. Л., 1982. С. 91–95.

Зеланд Н. А. О темпераменте. 1902.

Зимбардо Ф. Застенчивость. М., 1991.

Зинченко Т. П., Кишко Е. Т. Возрастная динамика развития и взаимосвязь психических и конституциональных особенностей у детей // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 3. СПб., 1999. С. 178–192.

Злобина Е. Г. Теоретико-методологические предпосылки исследования стиля жизни личности // Стиль жизни личности. Киев, 1982. С. 16–22.

Иваницкий А. М. Мозговые механизмы оценки сигналов. М., 1976.

Иванников В. А., Эйдман Е. В. Количественная оценка волевого усилия при напряженной физической работе // Вопросы психологии. 1986. № 3.

Иванов П. И. Чувства (эмоции) // Психология: Учебник. Ташкент, 1995.

Иванов-Смоленский А. Г. Об изучении типов высшей нервной деятельности животных и человека // Журнал высшей нервной деятельности. 1953. Вып. 3. С. 36–54.

Иванов-Смоленский А. Г. Очерки экспериментального исследования высшей нервной деятельности человека. М.: Медицина, 1971.

Ивашнева Л. А. Характеристика структур интегральной индивидуальности педагогов в зависимости от этапов их профессиональной деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. Ставрополь, 1998.

Игнатович Г. С. О взаимосвязи деятельности сигнальных систем и уровня развития образного и вербального типов мышления // Вопросы психологии активности и саморегуляции личности. Свердловск, 1979. С. 32–37.

Изард К. Психология эмоций. СПб.: Питер, 2000.

Изюмова С. А. Два вида мнемических способностей и их связь с двумя психофизиологическими симптомокомплексами // Индивидуальность человека: условия проявления и развития. Пермь, 1988. С. 77–78.

Изюмова С. А. О специфических особенностях познавательных способностей школьников с различной дифференциацией обучения // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 136–137.

Изюмова С. А. Индивидуально-типические особенности школьников с литературными и математическими способностями // Психологический журнал. 1993. № 1.

Илларионов Г. Г. Сравнительная характеристика психологических осмобенностей в проявлении основных свойств нервной системы у велосипедистов // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 5–13.

Илларионов Г. Г. Изучение особенностей проявления предпочитаемого типологически обусловленного стиля спортивной деятельности: Автореф. дисс. ... канд наук. Л., 1978.

Илларионов Г. Г., Алексеев В. А., Никаноров В. Т. Психофизиологические особенности мотогонщиков на льду и стрелков из лука // Психофизиологические особенности учебной и спортивной деятельности. Л., 1984. С. 26–30.

Ильин Е. П. Зависимость точности движений от их амплитуды // Физиологический журнал СССР. 1966. № 5.

Ильин Е. П. Связь видов спортивной деятельности с типологическими различиями в свойствах нервной системы // Проблемы индустриальной психологии. Ярославль, 1972а. С. 34–40.

Ильин Е. П. Сила нервной системы и методики ее исследования // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972б. С. 5–15.

Ильин Е. П. Экспресс-метод определения степени выраженности свойства «подвижность-инертность» возбуждения и торможения // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972в. С. 16–36.

Ильин Е. П. Свойство баланса по величине возбуждения и торможения и методы его изучения // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972. С. 37–57.

Ильин Е. П. Об определении основных свойств нервной системы с помощью «жизненных критериев» (анамнеза) // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 164–179.

Ильин Е. П. Психофизиологические аспекты изучения монотонной деятельности // Охрана труда при выполнении монотонной работы. М., 1975. С. 32–37.

Ильин Е. П. Экстраверсия, нейротизм и сила нервной системы // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976а. С. 175–183.

Ильин Е. П. Двигательная память, точность воспроизведения амплитуды движений и свойства нервной системы // Психомоторика. Л., 1976б. С. 62–68.

Ильин Е. П. О методических подходах изучения взаимосвязи свойств нервной системы с особенностями поведения и эффективностью деятельности человека //Проблемы индустриальной психологии. Ярославль, 1976в. С. 42–50.

Ильин Е. П. Некоторые итоги изучения типологических особенностей проявления свойств нервной системы с помощью произвольных двигательных методик // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсменов. Л., 1976г. С. 5–79.

Ильин Е. П. Структура психомоторных способностей // Психомоторика. Л., 1976д. С. 4–22.

Ильин Е. П. Изучение физиологической природы свойства силы нервной системы по возбуждению // Вопросы психологии. 1979. № 2.

Ильин Е. П. Одаренность, способности, качества-синонимы или разные понятия? // Теория и практика физической культуры. 1981. № 9. С. 48–51.

Ильин Е. П. Нейродинамические особенности личности и эффективность деятельности // Личность и деятельность. Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 11. Л., 1982а. С. 74–83.

Ильин Е. П. Методологические аспекты изучения связи свойств нервной системы и темперамента с особенностями поведения и эффективностью деятельности // Теория и практика физической культуры. 1982б. № 10.

Ильин Е. П. Успешность деятельности, компенсации и компенсаторные отношения // Вопросы психологии. 1983. № 5.

Ильин Е. П. Об адекватности понимания связей свойств нервной системы с эффективностью деятельности и поведением спортсменов // Теория и практика физической культуры. 1985. № 6.

Ильин Е. П. Способности и склонности: какова природа их связи // Диагностика познавательных способностей. Ярославль, 1986.

Ильин Е. П. Прогнозирование эффективности спортивной деятельности с учетом типологических особенностей нейродинамики // Психодиагностика в спорте. Материалы международного симпозиума Европейской федерации психологов спорта. М., 1986. С. 16–22.

Ильин Е. П. Проблема способностей: два подхода к ее решению // Психологический журнал. 1987. № 2.

Ильин Е. П. Стиль деятельности: новые подходы и аспекты // Вопросы психологии. 1988. № 6.

Ильин Е. П. Дифференциальная психофизиология. СПб.: Питер, 2001.

Ильин Е. П., Драчук Н. С. Психофизиологическая характеристика фехтовальщиков // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 80–89.

Ильин Е. П., Ильина М. Н. Зависимость максимальной частоты движений от типологических особенностей проявления основных свойств нервной системы // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 66.

Ильин Е. П., Ильина М. Н. Об одном из условий диагностирования силы нервной системы по возбуждению с помощью теппинг-теста // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 183–186.

Ильин Е. П., Ковынев В. В., Кузнецов В. А., Дружков Н. Н., Баскаков С. Н., Сухинин А. Н. Типологические особенности в проявлении свойств нервной системы у легкоатлетов-бегунов // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 61–71.

Ильин Е. П., Леппик Э. А., Сухарева А. М. Психофизиологические особенности стрелков-пулевиков // Оптимальное соотношение между умственной и физической деятельностью студентов педагогических институтов. Л., 1976. С. 121–123.

Ильин Е. П., Малиновский С. К. Влияние гипноза на проявление свойств нервной системы // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 85–89.

Ильин Е. П., Мамажанов А. Х., Фетискин Н. П. Типологические особенности в проявлении основных свойств нервной системы гандболистов // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 72–79.

Ильин Е. П., Нгуен Ки Тыонг. Склонность к стилю руководства и личностные особенности // Психологические проблемы самореализации личности. Вып. 3. СПб., 1999а. С. 102–112.

Ильин Е. П., Нгуен Ки Тыонг. Склонность к стилю руководства и свойства нервной системы // Ананьевские чтения–99. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 1999б.

Ильин Е. П., Рыбакова Н. А. Эффективность игровых действий волейболистов в связи с типологическими особенностями проявления свойств нервной системы // Психофизиология. Л., 1979. С. 31–34.

Ильин Е. П., Сакулин А. В., Евсеев В. Е. Факторы, обусловливающие эффективность деятельности лыжников при различных условиях гонок // Оптимальное соотношением между умственной и физической деятельностью у студентов педагогических институтов. Л., 1976. С. 132–139.

Ильин Е. П., Сакулин А. В. Дальнейшее изучение факторов, обусловливающих индивидуальную приспосабливаемость лыжников к условиям гонок // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976. С. 92–97.

Ильин Е. П., Сальников В. А. Сопоставление произвольных двигательных методик для изучения основных свойств нервной системы с рефлексометрическими методиками // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 180–184.

Ильин Е. П., Семенов М. И. Проявление типологических особенностей в регуляции дозированных движений // Вопросы психологии и педагогики труда, трудового обучения и воспитания. Ярославль, 1969. С. 284–289.

Ильин Е. П., Умнов В. П. О специфичности показателей быстроты зрительно-моторных реакций // Психомоторика. Л., 1976. С. 44–48.

Ильин Е. П., Фетискин Н. П. Сравнительная характеристика типологических особенностей проявления свойств нервной системы у тяжелоатлетов и борцов // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 36–39.

Ильин Е. П., Фещенко Е. К. К вопросу об объективности оценочных суждений о волевых качествах // Психологические проблемы самореализации личности. СПб., 1999. С. 113–122.

Ильина А. И. Особенности проявления общительности в связи с подвижностью нервных процессов // Ученые записки Пермского педагогического института. Вып. 23. 1958.

Ильина М. Н. Типологические особенности в проявлении основных свойств нервной системы и выносливость // Проблемы индустриальной психологии. Ярославль, 1972. С. 122.

Ильина М. Н. Проявление выносливости и ее компонентов при выполнении различных физических упражнений // Психофизиология спортивных и трудовых способностей человека. Л., 1974. С.113.

Ильина М. Н. Время сосредоточения перед выполнением баскетболистами штрафных бросков // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 80–86.

Ильина М. Н. Влияние силы нервной системы на эффективность восприятия операторами речевой информации // Проблемы инженерной психологии. Ярославль, 1979. Вып. III. С. 158–159.

Ильина М. Н. Монотонность труда оператора-аудитора и эффективность его деятельности в зависимости от силы нервной системы // Психологическое состояния. Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 10. Л., 1981. С. 56–61.

Имаметдинова Р. Я. Структура и психологические условия формирования и развития специальных педагогических способностей учителя русского языка и литературы: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1988.

Интегральная индивидуальность человека и ее развитие / Под ред. Б. А. Вяткина. М.: Изд-во Института психологии РАН, 1999.

Иоголевич Н. И. Особенности интегральной индивидуальности студентов в свуязи с профессиональным становлением и успешностью обучения (на материале исследования студентов технического вуза): Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1998.

Исмагилова А. Г. Стиль педагогического общения как системное явление // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 102–103.

Исмагилова А. Г. Характеристика индивидуальных стилей общения воспитателей детских садов // Интегральное исследование индивидуальности: стиль деятельности и общения. Пермь, 1992. С. 68–78.

Кабардов М. К. Роль индивидуальных различий в успешности овладения иностранным языком: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1983.

Кабардов М. К. Коммуникативные и когнитивные способности и усвоение языка // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 138.

Кадыров Р. М. Аэробная работоспособность у лиц с сильной и слабой нервной системой // Психофизиологические аспекты спортивной и учебной деятельности. Л., 1987. С. 35–38.

Кадыров Б. Р. Склонности и их индивидуально-природные предпосылки (на материале подросткового возраста): Автореф. дисс. ... докт. наук. М., 1990.

Кавецкий Р. Е. и др. Реактивность организма и тип нервной системы. Киев, 1961.

Кайдалов Д. П., Сулименко Е. И. Психология единоначалия и коллегиальности. М.: Мысль, 1979.

Калининский Л. П. О связи некоторых способностей к усвоению литературы с общим и специальными факторами // Экспериментальные исследования личности и темперамента. Вып. 7. Пермь, 1971. С. 101–139.

Калининский Л. П., Богданова Н. В., Петрова Т. Е., Смоленская Л. М. Функциональная классификация эмпатии как феномена социальной перцепции // Психология общения и проблемы коммунистического воспитания. Тезисы докладов. Омск, 1981.

Канатов А. К. Психологические основы образования взрослых // Образование взрослых на рубеже веков. М.: Изд-во Ин-та образования взрослых РАО, 2000.

Кан-Калик В. А. Учителю о педагогическом общении. М.: Просвещение, 1987.

Кант И. Собр. соч. Т. 6. М., 1966.

Капустник О. П. О дифференцировочном торможении и его возрастных и типологических особенностях у детей // Опыт систематического исследования условнорефлекторной деятельности ребенка. М.; Л.: Работник просвещения, 1930.

Караев М. Г., Ибрагимова Н. М., Мусаева С. А. Асимметрия в моторике спортсменов: Учебное пособие. Баку, 1991.

Карольчак В. Специфическое беспокойство (тревога) у высококвалифицированных спортсменов // Материалы научной конференции психологов спорта социалистических стран. Симпозиум 1. М., 1970. С. 23.

Карпова А. К. Функциональные взаимоотношения между свойствами темперамента как условие эффективности деятельности монотонного содержания: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1974.

Карпушко Н. А. Зависимость эффективности умственной деятельности, требующей внимания, от типологических особенностей проявления свойств нервной системы //Оптимальное соотношение между умственной и физической деятельностью у студентов педагогических институтов. Л., 1976. С. 106–112.

Карцев И. Д, Халдеева Л. Ф., Павлович К. Э. Физиологические критерии профессиональной пригодности подростков к различным профессиям. М.: Медицина, 1977.

Касаткин Н. И. Очерк развития высшей нервной деятельности у ребенка раннего возраста. М.: Медгиз, 1951.

Катыгин Ю. А., Умнов В. П., Чунаев А. А. Связь тревожности как свойства личности с некоторыми психофизиологическими характеристиками // Психофизиология. Л., 1979. С. 46–49.

Кашин А. П., Пейсахов Н. М. Системно-структурный анализ свойств нервной системы // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 63–66.

Келасьев В. Н. Особенности профессиональной деятельности мастеров профтехучилищ в связи со свойствами личности // Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 4. Л., 1971. С. 95–100.

Келли Д. Теория личности. Психология личных конструктов. СПб.: Речь, 2000.

Кепалайте А. Знак эмоциональности и особенности интеллекта // Психологический журнал. 1982. № 2.

Кириллов В. А. Психофизиологические особенности бадминтонистов // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 43–44.

Кирнарская Д. К. Современные представления о музыкальных способностях // Вопросы психологии. 1988. № 2.

Клаус Г. Дифференциальная психология обучения. М., 1987.

Клименко А. И. Индивидуально-типологические различия во влиянии метода обучения на динамику и продуктивность умственной деятельности учащихся 4-х классов // Типологические исследования по психологии личности. Пермь, 1967. С. 186–221.

Климов Е. А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы. Казань: Изд-во КГУ, 1969.

Клягин В. С. Психофизиологический подход к анализу профессий //Психофизиологические основы профессионального отбора. Киев, 1973. С. 61–62.

Клягин В. С. Проявление силы нервной системы в профессиональной деятельности // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 66–67.

Кляйн В. Я., Москвин В. А., Чуприков А. П. Функциональная асимметрия мозга и толерантность к эмоциональному стрессу // Неврология и психиатрия. Киев, 1986. Вып. 15.

Ковалев А. Г. Психология личности. М.: Просвещение, 1970.

Ковалев А. Г. Диагностика способностей в практике работы учителя // Склонности и способности. Л.: Изд-во Ленинградского университета, 1962. С. 50–69.

Ковалев А. Г. Коллектив и социально-психологические проблемы руководства. М., 1978.

Ковалев А. Г., Мясищев В. Н. Психические особенности человека. Т. II. Л., 1960.

Ковалев А. Н., Смирнов Л. М., Рабинович Л. А. О связи внутренней структуры ЭЭГ с эмотивностью // Новые исследования в психологии. 1976. № 1 (14).

Ковалев П. А. Возрастно-половые особенности отражения в сознании структуры собственной агрессивности и агрессивного поведения: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1996.

Ковальчук В. И. Психическое выгорание тренеров // Ананьевские чтения–2000. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 2000. С. 97–98.

Когнитивные стили: тезисы научно-практического семинара / Под ред. В. Колги. Таллин, 1986.

Козлова Р. П. Стиль профессиональною общения как системообразующий фактор в развитии индивидуальности культпросветработника // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 105–107.

Козырева Е. В. Влияние маскулинности и фемининности на проявление ауто- и гетероагрессии // Психология XXI века: тезисы Международной межвузовской научно-практической студенческой конференции. СПб.: СпбГУ, 2002.

Козьминых М. Ю. Индивидуализация специальной физической подготовки квалифицированных прыгуний в высоту с учетом свойств нервной системы: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1997.

Кокорина Э. П. К методике оценки свойств основных нервных процессов при определении типа высшей нервной деятельности животных методом двигательных пищевых условных рефлексов // Журнал высшей нервной деятельности. 1963. Вып. 2.

Колга В. А. Дифференциально-психологическое исследование когнитивного стиля и обучаемости: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1976.

Колга В. А. Исследование когнитивных стилей в СССР // Интегральное исследование индивидуальности: стиль деятельности и общения. Пермь, 1992.

Коломейцев Ю. А. Взаимоотношения в спортивной команде. М.: ФиС, 1984.

Кольченко Н. В. Развитие подвижности основных нервных процессов и работоспособности головного мозга у человека в возрастном аспекте // Труды VII научной конференции по вопросам возрастной морфологии, физиологии и биохимии. М., 1967. С. 70–74.

Кольченко Н. В. Возрастные особенности соотношения показателей подвижности нервных процессов у человека в первой и второй сигнальной системах // Материалы VIII научной конференции по вопросам возрастной морфологии, физиологии и биохимии. Ч. 2. М., 1968. С. 183.

Компан Е. Ю. Влияние индивидуальных особенностей и загрузки оператора на вероятность ошибки при выполнении жесткой программы // Психологические проблемы повышения эффективности и качества труда. Тезисы научных сообщений советских психологов к VI Всесоюзному съезду Общества психологов СССР. М., 1983. Ч. 2. С. 411–413.

Кон И. С. Социология личности. М.: Политиздат, 1967.

Конопкин О. А., Моросанова В. И. Стилевые особенности саморегуляции деятельности // Вопросы психологии, 1989. № 5. С. 18–26.

Копань Т. В. Экспериментальное исследование структур интегральной индивидуальности у городских и сельских школьников с различной мотивацией достижения успеха: Автореф. дисс. ... канд. наук. Ростов-на-Дону, 1996.

Копеина Н. С., Васильева С. А. Взаимосвязи психофизиологических и личностных факторов со стилем учебной деятельности студентов //Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 68–69.

Копытова Л. А. Индивидуальный стиль трудовой деятельности наладчиков в зависимости от силы нервной системы по возбуждению // Вопросы психологии. 1964а. № 1.

Копытова Л. А. Индивидуальные особенности трудовой деятельности наладчиков в спокойной ситуации и при простое станков в зависимости от силы нервной системы относительно возбуждения // Типологические исследования по психологии личности и психологии труда. Пермь, 1964б. С. 7 42.

Корнеева Л. Н. Самооценка как фактор саморегуляции деятельности пилота: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1984.

Корнеева Л. Н., Коноплева Е. В. Некоторые индивидуальные особенности уровня притязаний в зависимости от свойств нервной системы. // Психологические проблемы индивидуальности. Тезисы научных сообщений молодых ученых к семинару-совещанию. М., 1983. Вып. 1. С. 95–96.

Корнилов К. Н. Учебник психологии, изложенный с точки зрения диалектического материализма. М., 1929.

Корнилова Т. В., Парамей Г. В. Подходы к изучению когнитивных стилей: двадцать лет спустя // Вопросы психологии. 1989. № 6.

Коротаев А. А. Влияние эмоционального стресса на трудовую деятельность в зависимости от типологических свойств нервной системы // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь, 1968. Вып. 5. С. 211–233.

Коротаев А. А., Тамбовцева Т. С. Характеристика связей операций педагогического общения со свойствами различных уровней индивидуальности педагога // Проблемы интегрального исследования индивидуальности и ее педагогические аспекты. Пермь, 1985. С. 30–47.

Коротаев А. А., Тамбовцева Т. С. Исследование индивидуального стиля педагогического общения // Вопросы психологии. 1990. № 2.

Кортико-висцеральные взаимоотношения и гормональная регуляция / Под ред. Б. А. Вартапетова и и др. Харьков, 1963.

Коссов Б. Б. Разработка методик определения типологических особенностей соотношения первой и второй сигнальной систем // Типологические особенности высшей нервной деятельности / Под ред. Б. М. Теплова. Т. 1. М., 1956. С. 347–374.

Коссов Б. Б. Типологические особенности стиля деятельности руководителей разной эффективности // Вопросы психологии. 1983. № 5.

Котляревский Г. М. Тип личности и предпочитаемый стиль руководства: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1992.

Кочубей Б. Н., Григоренко Е. Л. Догматизм как индивидуальная психологическая характеристика // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 23–24.

Красногорский Н. И. Высшая нервная деятельность ребенка. Л.: Изд-во медиц. литературы, 1958.

Красуский В. К. О случаях неправильного подхода к изучению типов высшей нервной деятельности // Журнал высшей нервной деятельности. Т. X. 1962. Вып. 6.

Красуский В. К. Методика оценки свойств нервных процессов у собак, принятая лабораторией физиологии и генетики типов высшей нервной деятельности // Журнал высшей нервной деятельности. 1963. № 1.

Крауклис А. А. Саморегуляция высшей нервной деятельности. Рига: Изд-во АН Латв. ССР, 1963.

Крейг Г. Психология развития. СПб.: Питер, 2000.

Кречмер Э. Строение тела и характер. М.: Педагогика, 1995.

Криво В. М. Исследование некоторых психологических свойств спортсменов // Вопросы физического воспитания студентов. Вып. 7. Л., 1972.

Криворучко Т. С., Бочкова Л. В. Значение индивидуальных соматических и физиологических особенностей для эффективности профессиональной подготовки школьников // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 74–75.

Кричевский Р. Л. Современные тенденции в исследовании лидерства в американской социальной психологии // Вопросы психологии. 1977. № 6.

Кричевский Р. Л., Рыжак М. М. Психология руководства и лидерства в спортивном коллективе. М.: Изд-во МГУ, 1985.

Крупнов А. И. О психодинамических характеристиках интеллектуальной активности человека // Вопросы психологии. 1981. № 6.

Крупнов А. И., Ольшанникова А. Е., Домодедов В. А. Соотношение показателей эмоциональности и динамических характеристик общения // Вопросы психофизиологии активности и саморегуляции личности. Свердловск, 1979. С. 17–25.

Крупнов А. И., Фадеев В. В., Сухоносов В. А. Индивидуальные особенности вероятностного прогнозирования и сила нервной системы // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. М., 1975. С. 72–74.

Крутецкий В. А. Психология математических способностей школьников. М.: Просвещение, 1968.

Крючкова А. П., Островская И. М. О возрастных и индивидуальных особенностях высшей нервной деятельности детей первого года жизни // Журнал высшей нервной деятельности. 1957. № 1.

Кубышкина М. Л. Психологические особенности мотивации социального успеха: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1997.

Кудинов С. И. Полоролевые аспекты любознательности подростков // Психологический журнал. 1998. № 1.

Кудрявцев Т. В., Сухарев А. В. Влияние характерологических особенностей личности на динамику профессионального самоопределения // Вопросы психологии. 1985. № 1.

Кудряшова Л. Д. Еще раз о стилях управления. // ЭКО, 1983. № 9.

Кудряшова Л. Д. Каким быть руководителю. Л.: Лениздат, 1986.

Кузнецова Е. Г. Стиль деятельности и его динамика в связи с профессиональным развитием (на материале исследования инспекторов подразделений по предупреждению правонарушений несовершеннолетних): Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 2000.

Кузьмин Е. С., Волков И. П., Емельянов Ю. Н. Руководитель и коллектив. Л.: Лениздат, 1971.

Кузьмина Н. В. Способности, одаренность, талант учителя. Л., 1985.

Кузьминых М. Ю. Индивидуализация специальной физической подготовки квалифицированных прыгуний в высоту с учетом свойств нервной системы: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1997.

Куликов И. Н., Усачев Ю. А. Сравнение методик исследования силы нервной системы по возбуждению // Теория и практика физической культуры. 1977. № 12.

Кулюткин Ю. Н., Сухобская Г. С. Индивидуальные различия в мыслительной деятельности взрослых учащихся. М., 1971.

Куницына В. Н. Нарушения, барьеры, трудности межличностного неформального общения // Актуальные проблемы психологической теории и практики. СПб., 1995.

Куницына В. Н., Бойцова Е. Н. Психологический портрет застенчивого человека // Гностические и коммуникативные компоненты в структуре педагогического мастерства. Ижевск, 1983.

Куницына В. Н., Ефремова (Погольша) В. М. Влияние особенностей семейного воспитания на возникновение у ребенка застенчивости // Психологические проблемы индивидуальности. Л., 1985.

Курдюкова Н. А. Оценивание успешности учебной деятельности как психолого-педагогическая проблема: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1997.

Куркчи Л. Н., Попов Г. В. Спортивная деятельность и функциональная подвижность нервной системы спортсменов // Материалы X Всесоюзной научной конференции по физиологии, морфологии, биомеханике и биохимии мышечной деятельности. М.: ФиС, 1968. Т. II. С. 85.

Курочкин Н. И. Экспериментальное исследование роли некоторых когнитивных стилей в деятельности врачей-рентгенологов // Когнитивные стили. Тезисы научно-практического семинара. Таллин, 1986.

Кучменко А. В. Проявление возрастных и типологических особенностей во влиянии мотивов и форм деятельности на сдержанность подростка и старшего школьника // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь, 1968. Вып. 5. С. 195–219.

Кучменко А. В. Влияние различных учебных ситуаций на продуктивность внимания подростков, различающихся по силе нервной системы // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. М., 1975. С. 77–78.

Лазурский А. Ф. Классификация личностей. М.; Пг., 1923.

Лазурский А. Ф. Очерк науки о характерах. М.: Наука, 1995.

Ласко М. В. Продуктивность интеллектуальных функций при различной интенсивности мотивации в связи с силой процесса возбуждения // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 78–81.

Лебедева Н. М. Индивидуальные особенности мыслительных стратегий // Психологические проблемы индивидуальности. Л.; М., 1985. Вып. 3.

Левенфельд Л. Гипноз и его техника. Житомир, 1977.

Левитов Н. Д. Психология характера. М.: Просвещение, 1969.

Левонтин Р. Человеческая индивидуальность: наследственность и среда. М.: Универс, 1993.

Левочкина И. А. Своеобразие проявления музыкальных способностей и их связь с некоторыми особенностями нервной системы // Новые исследования по психологии. М.: Педагогика. 1986. № 1 /34/. С. 9–13.

Левочкина И. А. Психофизиологические особенности музыкально одаренных подростков // Вопросы психологии. 1988. № 4.

Лейтес Н. С. Склонность к труду как фактор одаренности // Известия АПН РСФСР, 1950. Вып. 25.

Лейтес Н. С. К вопросу о типологических различиях в последействии возбудительных и тормозных процессов // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. Т. 1. М., 1956.

Лейтес Н. С. Об умственной одаренности. М., 1960.

Лейтес Н. С. Индивидуальные различия в способностях // Психологическая наука в СССР. М., 1960.

Лейтес Н. С. Проблема соотношения типологических и возрастных особенностей // XVIII Международный психологический конгресс. Симпозиум 9. Тезисы докладов. М., 1966.

Лейтес Н. С. Возрастные и типологические предпосылки развития способностей: Автореф. дисс. ... доктор наук. М., 1970.

Лейтес Н. С. Умственные способности и возраст. М.: Педагогика, 1971.

Лейтес Н. С. На пути к изучению самых общих предпосылок способностей // Проблемы дифференциальной психофизиологии. Т. 7. М., 1972. С. 223–232.

Лейтес Н. С. Об изучении проблемы склонностей в русле идей Б. М. Теплова // Вопросы психологии. 1976. № 5.

Лейтес Н. С. Одаренные дети // Психология и психофизиология индивидуальных различий. М.: Педагогика, 1977. С. 54–63.

Лейтес Н. С. Способности и одаренность в детские годы. М.: Знание, 1984.

Лейтес Н. С. Проблема соотношения возрастного и индивидуального в способностях школьника // Вопросы психологии. 1985. № 1.

Лейтес Н. С. Ранние проявления одаренности // Вопросы психологии. 1988. № 4.

Лельхова Я. В., Стрекаловская А. Л. Особенности внимания и тип нервной системы как факторы успешности обучения // Психология XXI века. Тезисы Международной межвузовской научно-практической студенческой конференции. СПб., 2000. С. 119–121.

Леонгард К. Акцентуированные личности. Киев, 1981.

Леонтьев А. Н. О формировании способностей // Вопросы психологии. 1960. № 1.

Лепихова Л. А., Цыгульская Т. Ф. О связи индивидуально-типологических различий со спецификой деятельности // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 81–82.

Лесгафт П. Ф. Семейное воспитание ребенка и его значение. Ч. II. Основные проявления ребенка. СПб., 1910. С. 151.

Либин А. В. Стилевые и темпераментальные свойства в структуре индивидуальности человека: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1993.

Либин А. В. Дифференциальная психология: на пересечении европейских, российских и американских традиций. М.: Смысл. Per Se, 2000.

Либина Е. В., Либин А. В. Стили реагирования на стресс: психологическая защита или совладание со сложными обстоятельствами? // Стиль человека: психологический анализ. М.: Смысл, 1998. С. 190–204.

Лильин Е. Т., Вавилова Т. А., Шайхразиев Р. Ш. Индивидуальные психофизиологические особенности человека при ответе на лекарственное воздействие // Индивидуальные

особенности психического и соматического развития человека и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 82–83.

Линчевский Э. Э. Как быть с ревностью? Л.: Знание, 1978.

Личко А. Е. и др. К вопросу о соотношении между конформностью и внушаемостью // Социально-психологические и лингвистические характеристики форм общения и развития контактов между людьми. Л., 1970.

Локк Д. Избранные философские произведения: В 2 т. Т. 1. М., 1960. С. 128.

Лубкин Ю. В. Сравнительная характеристика успешности атакующих действий игроков задней линии в связи с их индивидуальными и типологическими особенностями // Психофизиологические аспекты спортивной и учебной деятельности. Л., 1987. С. 65–74.

Лурия А. Р. Маленькая книжка о большой памяти. М.: Изд-во МГУ, 1968.

Люкин В. В. Взаимоотношение индивидуальных особенностей деятельности руководителя, свойств его индивидуальности и социально-психологических характеристик коллектива // Проблемы интегрального изучения индивидуальности. Пермь, 1977.

Магомед-Эминов М. Ш. Трехфакторная модель когнитивной структуры мотивации достижения // Вестник МГУ. Серия 14. Психология. 1984. № 1. С. 57–59.

Майер И. О. Основные свойства нервных процессов у детей дошкольного возраста. Тбилиси: Изд-во Сабчота Сакартвело, 1963.

Макагонова А. А. Распределение внимания в связи с особенностями нервной деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1954.

Макаров П. О. Нейродинамика человека. Возбудимость, лабильность и адекватность внутренних анализаторов. М.: Медгиз, 1956.

Макарова К. В. Своеобразие структуры интегральной индивидуальности подростка в зависимости от социальных условий жизнедеятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. Ростов-на-Дону, 1992.

Максаков А. Ю. Стили педагогического общения тренеров детских команд и их оптимизация: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1990.

Малков Н. Ю. Индивидуальные психофизиологические различия в интеллектуальной деятельности старших школьников: Автореф. дисс. ... доктор наук. М., 1973.

Маранцман В. Г. Возрастные и индивидуально-типические различия восприятия школьниками художественных текстов // Вопросы психологии. 1985. № 5.

Маркова А. К., Никонова А. Я. Психологические особенности индивидуального стиля деятельности учителя // Вопросы психологии. 1987. № 5.

Мартенс В. К., Райман С. П., Талалаев А. А., Щебланов В. Ю. О роли индивидуально-психологических особенностей в профессиональной адаптации человека-оператора //Психологические проблемы повышения эффективности и качества труда. Ч. 2. Тезисы научных сообщений советских психологов к VI Всесоюзному съезду Общества психологов СССР. М., 1983. С. 140–142.

Мартон Л., Урбан Я. О соотношении типологических черт личности и особенностей процесса образования и угашения условной связи // Вопросы психологии. 1966. № 2.

Маслова Н. Ф. Стиль руководства учителя как способ социально-психологического воздействия // Руководство и лидерство. Л., 1973. С. 45–53.

Маствилискер Э. И. К вопросу о типологических различиях в формах реакции у старших дошкольников // Вопросы психологии. 1969. № 3.

Маствилискер Э. И. Индивидуальный стиль общения в совместной деятельности // Проблемы интегрального исследования индивидуальности и ее педагогические аспекты. Пермь, 1985. С. 14–30.

Маствилискер Э. И. О месте когнитивного стиля в структуре индивидуальности // Когнитивные стили. Таллин, 1986. С. 7.

Маствилискер Э. И., Дикопольская Г. Е. Некоторые условия формирования индивидуального стиля в решении учебных задач у школьников // Темперамент: системное исследование. Пермь, 1976. С. 120–138.

Матвеева Л. Г. Влияние уровня тревожности на особенности интеллекта девочек и мальчиков младшего школьного возраста // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 143–144.

Матюшкин А. М., Сиск Д. А. Одаренные и талантливые дети // Вопросы психологии. 1988. № 4. С. 88–97.

Махнач А. В., Бушов Ю. В. Зависимость динамики эмоциональной напряженности от индивидуальных свойств личности // Вопросы психологии, 1988. № 6. С. 130–133.

Машков В. Н. Методологические и эмпирические основания прикладной дифференциальной психологии. СПб.: Облик, 1996.

Мейман Э. Лекции по экспериментальной педагогике. Индивидуальные особенности детей. М., 1917.

Мельниченко О. Г. Исследование индивидуальных особенностей уровня притязаний в связи с различиями некоторых свойств нейродинамики // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 95–97.

Мельниченко О. Г. Исследование тревожности в связи с личностными и биохимическими особенностями // Психофизиология. Л., 1979. С. 49–53.

Мерлин В. С. Физиологические испытания и психологические характеристики специальных типов высшей нервной деятельности // Ученые записки Пермского педагогического института. Вып. 23. 1958.

Мерлин В. С. Свойства личности как способности // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь, 1970. С. 8–50.

Мерлин В. С. Некоторые принципы психологической характеристики свойств темперамента // Экспериментальные исследования личности и темперамента. Пермь, 1971. С. 3–22.

Мерлин В. С. Темперамент как фактор трудовой деятельности // Очерк теории темперамента. Пермь, 1973. С. 148–167.

Мерлин В. С. Равноценность свойств общего типа нервной системы и принцип компенсации // Психология и психофизиология индивидуальных различий. М.: Педагогика, 1977. С. 124–130.

Мерлин В. С. Индивидуальный стиль общения // Психологический журнал. 1982. № 4.

Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности. М., 1986.

Мерлин В. С., Климов Е. А. Формирование индивидуального стиля деятельности в процессе обучения // Советская педагогика. 1967а. № 4.

Мерлин В. С., Пехлецкий И. Д., Белоус В. В. О некоторых относительно постоянных характеристиках темперамента // Типологические исследования по психологии личности. Пермь, 1967б. Вып. 4. С. 16–34.

Мерлинкин В. П. Некоторые типологически обусловленные особенности начального формирования навыков у спортсменов-акробатов: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1968.

Мерлинкин В. П., Бубнов М. Е. К вопросу о влиянии подвижности инертности нервной системы на сохранение навыков // Актуальные вопросы теории и методики физического воспитания школьников. Казань, 1977. С. 104–109.

Мерлинкин В. П., Бубнов М. Е. Некоторые особенности формирования одношажного хода на лыжах в зависимости от подвижности нервной системы // Темперамент и спорт. Пермь, 1974. Вып. 2. С. 19–34.

Мерлинкин В. П., Фукин А. И. Изучение влияния основных свойств нервной системы на производительность труда в условиях монотонии // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. Пермь, 18–20 июня 1975 г. М., 1975. С. 98–99.

Мехреньгин А. М. Индивидуально-типологические особенности нервной системы волейболистов // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972. С. 92–100.

Мехреньгин А. М. Психологическая характеристика волейболистов с различным игровым амплуа // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 90–97.

Миленин В. М. Влияние некоторых особенностей личности спортсменов на поведение в экстремальных ситуациях // Материалы научной конференции психологов спорта социалистических стран. Симпозиум 1. М., 1970.

Митина Л. М., Прохоров А. О. Особенности восприятия времени у студентов-спортсменов с второсигнальными, нейродинамическими и половыми влияниями // Проблемы психологии индивидуальных различий в спорте. Казань: КГУ, 1981. С. 94–110.

Михайлов М. К. Стиль в музыке. Л., 1981.

Михайлова В. П., Палей И. М. Индивидуальные особенности устойчивости фиксированной установки в связи с силой нервной системы // Типологические исследования по психологии личности. Пермь, 1967. С. 77–93.

Михайловский Н. К. Сочинения. Т. 1. СПб., 1911.

Михеев В. Ф. Социально-психологические аспекты управления // Стиль и методы работы руководителя. М., 1975.

Михеев В. Ф. Наследственная обусловленность некоторых индивидуальных особенностей памяти человека // Проблемы генетической психофизиологии человека. М., 1978. С. 254–262.

Мишутин Д. А. Профессионально-педагогическое общение учителя и ученика на уроке физической культуры: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1992.

Мищенко Л. В. Некоторые аспекты взаимосвязи темперамента и уровня субъективного контроля личности // Тезисы докладов II Международного конгресса: Симпозиум IV. Интегративная антропология и этнопсихология в современном научном пространстве. Пятигорск, 1998. Ч. 1. С. 44–47.

Мозговой В. Д. Исследование наследственной детерминации произвольного внимания // Проблемы генетической психофизиологии человека. М., 1978. С. 244–253.

Молдавская С. И. К вопросу о соотношении скорости переделки условных рефлексов с подвижностью нервных процессов и работоспособностью коры головного мозга у людей разного возраста // Материалы VII научной конференции по вопросам возрастной морфологии, физиологии и биохимии. М.: Просвещение, 1965.

Молдавская С. И. Проявление свойств нервной системы в психических состояниях и процессах // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 102–104.

Молчанов А. С., Аминов Н. А. Опознание эмоциональных состояний как компонент педагогических способностей //Материал Всесоюзной конференции «Творчество и педагогика». Секция IV. М., 1988. С. 215–218.

Монаенков А. М. Иммунологическая реактивность и тип нервной системы. М.: Медицина, 1970.

Морозова И. С. Когнитивный стиль и стратегии решения познавательных задач // Сибирская психология сегодня. Кемерово, 2002. С. 30–35.

Моросанова В. И. Индивидуальный стиль саморегуляции. М.: Наука, 1998.

Моросанова В. И., Коноз Е. М. Регуляторные аспекты экстраверсии и нейротизма: новый взгляд // Вопросы психологии. 2001. № 2.

Муздыбаев К. Психология ответственности. Л.: Наука, 1983.

Мызан Г. И. Чувство усталости как отражение объективных изменений физиологических функций при физическом утомлении // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976. С. 103–110.

Мэгун Г. Бодрствующий мозг. М.: Мир, 1965.

Мягков Н. Ф., Лакомкин А. И. Зависимость характера проявления фрустрации от типологических свойств нервной системы // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 106–109.

Мясищев В. Н. О связи склонностей и способностей // Склонности и способности (сборник статей). Л.: Изд-во ЛГУ, 1962. С. 3–14.

Наумова В. А. Влияние овариально-инструального цикла на двигательные качества и нейродинамику женщин-спортсменок // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976. С. 124–131.

Нгуен Ки Тыонг. Склонность к стилям руководства преподавателей физической культуры: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 2000.

Небылицын В. Д. К изучению надежности работы человека-оператора в автоматизированных системах // Вопросы психологии. 1961. № 6.

Небылицын В. Д. Основные свойства нервной системы человека. М.: Просвещение, 1966.

Небылицын В. Д. Актуальные проблемы дифференциальной психофизиологии // Вопросы психологии. 1971. № 6.

Небылицын В. Д. Темперамент // Психофизиологические исследования индивидуальных различий. М.: Наука, 1976.

Нежинский О. М. К вопросу об определении структуры дирижерской одаренности // Обучение дирижированию и оркестровое исполнительство. Труды ГМПИ им. Гнесиных. Вып. 42. М., 1979.

Немов Р. С. К проблеме эффективности стиля руководства коллективом // Проблемы коммуникативной и познавательной деятельности личности. Ульяновск, 1981.

Немов Р. С. Психология: Учебное пособие. Кн. 1. М.: Педагогика, 1984.

Нечаев А. Экспериментальные данные к вопросу о внимании и внушении // Вопросы философии и психологии. 1900. Кн. 52.

Никешичев М. В. Исследование индивидуально-психологических особенностей студентов как фактор оптимизации процесса обучения игре на фортепьяно (музыкально-педагогический факультет): Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1990.

Никитин А. М., Сальников В. А. Влияние типологических особенностей на устойчивость перспективы достижения высоких спортивных результатов // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 131–133.

Никитина А. В. Проблемы в общении тревожных подростков // Психология XXI века: Тезисы Международной межвузовской научно-практической студенческой конференции. СПб., 2000. С. 175–177.

Никифоров Г. С. Самоконтроль как механизм надежности человека-оператора. Л.: Изд-во ЛГУ, 1977.

Никифоров Г. С., Филимоненко Л. И., Никишева С. В. Влияние индивидуально-психологических особенностей на успешность тренажерной подготовки пилотов // Психологическое обеспечение трудовой деятельности. Л., 1987. С. 69–73.

Никольская И. М., Грановская Р. М. Психологическая защита у детей. СПб.: Речь, 2001.

Никонова А. Я. Влияние особенностей индивидуального стиля на процесс и результаты педагогической деятельности учителя // Новые исследования в психологии. 1987. № 1.

Норакидзе В. Г. Темперамент личности и фиксированная установка. Тбилиси: Мецниереба, 1970.

Обозов Н. Н. Психология внушения и конформности. СПб., 1997.

Образцова Г. А. О количественной оценке уравновешенности нервных процессов // Методика изучения типологических особенностей высшей нервной деятельности животных. М.; Л. Наука, 1964.

Обуховский К. Психология влечений человека. М., 1971.

Овчинников Б. В., Павлов К. В., Владимирова И. М. Ваш психологический тип. СПб., 1994.

Одаренные дети. М.: Прогресс, 1991.

Ольшанникова А. Е. Знак доминирующих эмоций и фоновые ЭЭЭГ-параметры у подростков // Новые исследования в психологии. 1974. № 1/9.

Ольшанский В. Б. Стиль руководства и психологический климат // Социальная психология. М., 1975.

Орбели Л. А. Вторая сигнальная система // Невропатология и психиатрия. 1949. № 5.

Оршанский И. Г. Изучение наследственности таланта // Вестник воспитания. 1911. № 1, 2.

Осипова О. В., Лыхмус Х. П., Лебедева Е. В. Опыт определения типологических различий водителей разных возрастных групп в связи с их удовлетворенностью профессией // Научная организация труда водителя и безопасность движения. Л., 1972. С. 47–49.

Очерк теории темперамента. Пермское книжное издательство, 1973.

Оя С. К. Изучение типологических особенностей спортсменов // Ученые записки Тартуского университета. Труды по физической культуре. Вып. II. 1964, Тарту. С. 61–69.

Павличенко Ю. В. Возрастная структура интегральной индивидуальности у студентов различных этнических групп в многонациональном вузе: Автореф. дисс. ... канд. наук. Ростов-на-Дону, 1995.

Павлов И. П. Двадцатилетний опыт объективного изучения высшей нервной деятельности (поведения) животных. Л.: Медгиз, 1951а.

Павлов И. П. Полное собрание сочинений. 1951б. Т. III. Кн. 2.

Павлов И. П. Письма М. Н. Шатерникову, С. И. Чечулину, Г. Г. Кованько // Физиологический журнал СССР. 1954. Т. 40. № 5.

Павлов К. В., Овчинников Б. В., Владимирова И. М. Ваш психологический тип. Киев: Изд-во КофР, 1996.

Павлова Л. П., Криво В. М. Психофизиологическое исследование экстраверсии-интроверсии // Физиология человека. 1977. № 1.

Павлович К. Э. Психофизиологические основы адаптации к продолжительной работе в некоторых профессиях // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 103–104.

Палей И. М. Индивидуальные особенности сдерживания в связи с типологическими различиями в уравновешенности нервных процессов // Вопросы психологии. 1958. № 5.

Палей И. М. «Жизненные показатели» и экспериментальные испытания основных свойств общего типа высшей нервной деятельности // Проблемы психологии личности и психологии труда / Под ред. В. С. Мерлина. Пермь, 1960. С. 317.

Палей И. М. Некоторые вопросы изучения структуры индивидуально-типологических характеристик человека в связи с силой нервной системы // Труды XIII Международного конгресса психологов, симпозиум 9. М., 1966. С. 92–96.

Палей И. М. Модальностная структура индивидуальности и когнитивный стиль // Вопросы психологии. 1982. № 1.

Палей И. М., Шафранская К. Д. Комплексные характеристики индивидуально-типологических особенностей студентов во время эмоционально-интеллектуального напряжения на экзаменах // Человек и общество. Вып. IV. Изд-во ЛГУ, 1969. С. 145.

Пантелеева Т. А. Фактор наследственности в силе и лабильности нервной системы человека // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 118–120.

Папанова С. А. Оценка роли некоторых проявлений основных свойств нервной системы в профессиональной успешности водителей автомобилей // Психофизиологические проблемы повышения эффективности и качества труда. Ч. I. Тезисы научных сообщений советских психологов к VI Всесоюзному съезду Общества психологов СССР. М., 1983. С. 127–129.

Парилис С. Э. Когнитивный стиль «простота сложность» как характеристика индивидуальности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1988.

Парчевский Г. Ф. Карты и картежники. СПб., 1998.

Пацявичус И. В. Соотношение индивидуально-типических характеристик эмоциональности с особенностями саморегуляции деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1980.

Пацявичус И. В. Эмоциональность и самооценка организации деятельности // Вопросы психологии. 1985. № 4.

Пейсахов Н. М. Саморегуляция и типологические свойства нервной системы. Казань: Изд-во КГУ, 1974.

Пейсахов Н. М. Изучение противоречий как источник прогресса в дифференциальной психофизиологии // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 122–125.

Пейсахов Н. М. Закономерности динамики психических явлений. Казань: Изд-во КГУ, 1984.

Пейсахов Н. М., Кашин А. П., Баранов Г. Г., Вагапов Р. Г. Методы и портативная аппаратура для исследования индивидуально-психологических различий человека. Казань: Изд-во КГУ, 1976.

Переверзева И. А. Индивидуальные особенности эмоциональности и контроль за выражением эмоций // Психологические проблемы индивидуальности. Вып. 1. М., 1983. С. 52–54.

Перов В. А., Анисимов Б. П., Долгих С. А., Трофимов В. Я., Филипповский С. А. Типологические особенности нервной системы хоккеистов // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 36–42.

Персианова Н. Б. Психологический анализ феномена зависти. Дипломная работа. СПб.: СПбГУ, факультет психологии, 2002.

Петрайтите А. М. Связь интеллектуальных творческих способностей с экстраверсией-интроверсией // Вопросы психологии. 1981. № 6.

Петрик В. А. Сравнительные динамические характеристики внушаемости и самовнушаемости у больных неврозами // Вопросы психотерапии. М., 1977.

Петрова М. К. Взаимоотношение раздражительного и тормозного процессов у собак различного типа нервной системы // Труды физиологических лабораторий акад. И. П. Павлова. Т. III. Вып. 2–3. 1928.

Петрова М. К. Дальнейшие материалы к определению силы нервной системы экспериментальных животных // Архив биологических наук. 1934. Вып. 1–3.

Петрова Н. И. Некоторые особенности индивидуального стиля трудовой деятельности учителя на уроке: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1970.

Петровский В. А., Черепанова Е. М. Индивидуальные особенности самоконтроля при организации внимания // Вопросы психологии. 1987. № 5.

Петухова И. А. О роли специфических способностей и интеллектуальной инициативы в структуре музыкальной одаренности: экспериментальное исследование по проблемам педагогической психологии. М., 1970.

Петяйкин И. П. Связь проявления решительности с типологическими особенностями нервной системы // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 60–65.

Печенков В. В. Проблемы индивидуальности: общие и специально человеческие типы ВНД // Способности. К 100-летию со дня рождения Б. М. Теплова. Дубна: Феникс, 1997. С. 189–217.

Пикалов И. Х. Опосредующая роль коллективной деятельности в характере связи между индивидуальными психодинамическими особенностями общительности и коллективистическим самоопределением // Теоретические основы, прикладное применение и методики дифференциальной психофизиологии. Пермь, 1977. С. 36–55.

Пинчуков А. Г. Сравнительное изучение возрастных изменений свойства подвижности нервных процессов в зрительном и двигательном анализаторах // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974а. С. 127–138.

Пинчуков А. Г. Изменение с возрастом баланса между внешним возбуждением и торможением в зрительном и двигательном анализаторах // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974б. С. 139–150.

Пинчуков А. Г. Изменение баланса между возбуждением и торможением у школьников в течение учебного года // Психофизиология спортивных и трудовых спрособностей человека. Л., 1974в. С. 175–182.

Пинчуков А. Г. Сравнительная характеристика возрастных изменений баланса между внутренним возбуждением и торможением в зрительном и двигательном анализаторах // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974г. С. 118–126.

Пинчуков А. Г. Успеваемость и типологические особенности проявления свойств нервной системы // Оптимальное соотношение между умственной и физической деятельностью у студентов педагогических институтов. Л., 1976. С. 113–119.

Платон. Сочинения. Т. III. М., 1972. С. 143.

Платонов К. К. Проблемы способностей. М.: Наука, 1972.

Платонов К. К. Краткий словарь системы психологических понятий. М., 1984.

Платонов К. К., Голубев Г. Г. Психология: Учебник. М., 1973.

Плачинта М. А. Сила нервной системы и характер вегетативных изменений у нетренированных людей при физической нагрузке различной интенсивности // Вопросы психологии. 1978. № 4.

Плешакова Н. В. Эмпатия в структуре личности будущих военных медиков. Выпускная работа специалиста. СПбГУ, 2001.

Плоткин А. А. Соотношение базальных модальностей в структуре эмоциональности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1983.

Подкопаев Н. А. Методика изучения условных рефлексов. М.: Изд-во АН СССР, 1952.

Поляков В. М. О зависимости успешности выполнения монотонной работы от некоторых типологических особенностей нервной системы // Вопросы психологии труда и личности. Иркутск, 1972. С. 21 22.

Полякова И. В. Некоторые динамические особенности психики в связи с подвижностью нервных процессов: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1957.

Пономарев М. Ф. Экспериментальное исследование некоторых двигательных реакций в связи с восприятием времени // Вопросы психологии. 1960. № 3.

Попеску И. К. Принципы изучения типологических особенностей спортсменов // Теория и практика физической культуры. 1955. № 6.

Попов Н. А. Типологические особенности проявления свойств нервной системы у игроков в настольный теннис // Оптимальное соотношение между умственной и физической деятельностью у студентов педагогических институтов. Л., 1976. С. 130–132.

Порошина Т. И. Специальные способности в структуре интегральной ндивидуальности будущих учителей музыки: Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1997.

Поторока Г. Г. Начальное обучение тактико-техническим действиям в дзюдо с учетом типологических свойств нервной системы и темперамента занимающихся: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1986.

Приставкина М. Д. Исполнительский стиль как разновидность индивидуального стиля деятельности (на материалах художественной гимнастики): Автореф. дисс.. канд. наук. Л., 1984.

Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Просвещение. Т. VI. 1969.

Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Педагогика. Т. VII. 1972.

Проблемы дифференциальной психофизиологии. Электрофизиологические исследования основных свойств нервной системы. М.: Наука, 1974.

Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Педагогика. Т. IX. 1977.

Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Педагогика. Т. X. 1981.

Прыгин Г. С. Проявление «автономности» и «зависимости» в осознанной регуляции деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1983.

Психология индивидуальности в трудах В. С. Мерлина и ее развитие в современном человекознании. Коллективная монография. Пятигорск, 1998.

Психология индивидуальных различий. Тексты. М.: Изд-во МГУ, 1982.

Психология одаренности детей и подростков / Под ред. Н. С. Лейтеса. М.: Академия, 1996.

Психология и психофизиология индивидуальных различий. М.: Педагогика, 1972.

Психология и психофизиология индивидуальных различий в активности и саморегуляции человека. Свердловск, 1989.

Психология: Словарь. М.: Политиздат, 1990.

Пьянкова С. Д. Генотип-средовые соотношения в динамике решения когнитивных задач // Системные исследования индивидуальности. Пермь, 1991. С. 64–66.

Рабинович Р. Л. О неравномерности повышения подвижности нервных процессов в различные возрастные периоды школьников // Материалы VII научной конференции по вопросам возрастной морфологии, физиологии и биохимии. М., 1965. С. 428.

Равич-Щербо И. В. Об устойчивости как обязательном признаке свойств нервной системы // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 134–136.

Равич-Щербо И. В. Первые итоги исследования свойств нервной системы близнецовым методом // Психология и психофизиология индивидуальных различий. М.: Педагогика, 1977. С. 89–98.

Равич-Щербо И. В. Роль среды и наследственности в формировании индивидуальности человека. М., 1988.

Радищев А. Н. Избранные философские и общественно-политические произведения. М.: Госполитиздат, 1952.

Развитие и диагностика способностей / Отв. ред. В. Н. Дружинин, В. Д. Шадриков. М.: Наука, 1991.

Ратанова Т. А. Субъективное шкалирование и объективные физиологические реакции человека. М.: Педагогика, 1990.

Ревенко Н. В. Социально-психологический анализ стиля руководства: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1980.

Резвицкий И. И. Философские основы теории индивидуальности. Л.: Изд-во ЛГУ, 1973.

Решетова Т. В. Индивидуальные особенности психотерапии в зависимости от когнитивного стиля врача и больного // Когнитивные стили. Тезисы научно-практического семинара. Таллин, 1986.

Ржевский В. И. Исследование некоторых типологических особенностей нервной системы у городошников высокой квалификации // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976. С. 98–102.

Рише Ш. Гениальность и помешательство. Одесса, 1893.

Родионов А. В., Киселев Ю. Я. Стиль руководства спортивной командой // Психология спорта высших достижений. М., 1979.

Рождественская В. И. Индивидуальные различия работоспособности. М.: Педагогика, 1980.

Рождественская В. И., Голубева Э. А., Ермолаева-Томина Л. Б., Александрова Н. И., Клягин В. С. К вопросу о функциональных состояниях в связи с типологическими свойствами нервной системы // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека. Т. V. М., 1967. С. 103–123.

Рождественская В. И., Голубева Э. А., Ермолаева-Томина Л. Б. Об общем и парциальном факторах силы нервной системы // Проблемы дифференциальной психофизиологии. М.: Просвещение, 1969. С. 15–37.

Рождественская В. И., Левочкина И. А. Функциональное состояние при монотонной работе и сила нервной системы // Проблемы дифференциальной психофизиологии. Т. VII. М., 1972. С. 194–222.

Рождественская Н. В. Творческая одаренность и свойства личности (Экспериментальное исследование актерской одаренности) // Психология процессов художественного творчества. Л., 1980.

Розенблат В. В. Проблема утомления. М.: Медгиз, 1961.

Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. М.: Учпедгиз, 1946. Гл. «Способности».

Руденко И. Л. Стиль общения и его детерминанты: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1988.

Рудик П. А. Умственная одаренность и ее измерение. М., 1927.

Рудик П. А. Психология: Учебник. М.: ФиС, 1967.

Рудкевич Л. А. Конституция и развитие ребенка. СПб., 1998.

Румянцев Г. Г. Связь основных свойств нервной системы и темперамента с показателями мастерства у конькобежцев // Конькобежный спорт. Вып. I. М.: ФиС, 1977. С. 51–52.

Румянцев Г. Г., Багимов Ю. С. Исследование основных свойств нервной системы конькобежцев // Конькобежный спорт. Вып. 2. М.: ФиС, 1977. С. 52–53.

Русалинова А. А. Некоторые характеристики руководителя как субъекта управления трудовым коллективом // Трудовой коллектив как субъект и объект управления. Л., 1980. С. 97–113.

Русалов В. М. Биологические основы индивидуально-психологических различий. М.: Наука, 1979.

Русалов В. М. О взаимоотношении свойств темперамента и эффективности индивидуальной и совместной деятельности // Психологический журнал. 1982. № 6.

Русалов В. М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека // Вопросы психологии. 1985. № 1.

Русалов В. М. Теоретические проблемы построения специальной теории индивидуальности // Психологический журнал. 1986. № 4.

Русалов В. М. Некоторые основания специальной теории индивидуальности человека // Интегральное исследование индивидуальности: теоретические и педагогические аспекты. Пермь, 1988. С. 3–10.

Русалов В. М. Международная конфренция по диагностике темперамента // Психологический журнал. 1989. № 4.

Русалов В. М. Психология и психофизиология индивидуальных различий: некоторые итоги и ближайшие задачи системных исследований // Психологический журнал. 1991. № 5.

Русалов В. М., Дудин С. И. Темперамент и интеллект: общие и специальные факторы развития // Труды Ин-та психологии РАН. Т. 1. 1995. Кн. 1.

Русалов В. М., Парилис С. Э. Темперамент и своеобразие когнитивной системы личности // Психологический журнал. 1991. № 5.

Русалова М. Н., Калашникова И. Г. Психофизиологическое тестирование темперамента // Журнал высшей нервной деятельности. 1992. № 1.

Рыбалко Н. Ф. К вопросу о способностях и отношениях дошкольника // Склонности и способности. Л.: Изд-во ЛГУ, 1962. С. 37–49.

Рыжкин Ю. Е. Проявление внушаемости у борцов с различными типологическими особенностями // Теория и практика физической культуры. 1977. № 12.

Рыжкин Ю. Е. Экспериментальное исследование внушаемости и внушающих воздействий в экстремальных условиях деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1977.

Рябинина Э. П. Влияние функционального состояния на показатель силы нервной системы (вопросы надежности методик) // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 158–159.

Рябоконь И. Н., Нероденко В. В. Индивидуально-типологические особенности высшей нервной деятельности спортсменов, специализирующихся в разных видах конного спорта // Теория и практика физической культуры. 1987. № 4.

Савчук А. В. Своеобразие индивидуального стиля учителя в связи с уровнем развития профессионального самосознания // Вестник Пермского гос. педагогического университета. Серия 1. Психология. 2000. № 1–2. С. 144–155.

Салитова М. В. Жизненные стратегии в значимых ситуациях: опыт психобиографического исследования: Магистерская дисс. СПб.: СПбГУ, 2002.

Сальников В. А. Динамика восстановления мышечной силы после статических усилий и некоторые свойства нервной системы // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975а С. 92–106.

Сальников В. А. Влияние величины интенсивности нагрузок на рост результатов у тяжелоатлетов-разрядников, различающихся типологическими особенностями проявления свойств нервной системы: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1975б.

Сальников В. А. Латентное время напряжения и расслабления мышц и основные свойства нервной системы // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975в. С. 78–79.

Сальников В. А. Длительность восстановительного периода у штангистов с различными типологическими особенностями проявления свойств нервной системы // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976а. С. 145–150.

Сальников В. А. Влияние тренировочных нагрузок по методу больших и максимальных усилий на рост результатов у тяжелоатлетов, различающихся по типологическим особенностям проявления свойств нервной системы // Психофизиологические вопросы изучения личности спортсмена. Л., 1976б. С. 151–163.

Сальников В. А. Влияние типологических особенностей нервной системы на различные проявления быстроты // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 113–116.

Сальников В. А. Влияние черт личности на быстроту выполнения тяжелоатлетами норм спортивных разрядов // Психофизиологические аспекты учебной и спортивной деятельности. Л., 1987. С. 30–32.

Сальников В. А., Ильина М. Н. О монометричности критериев, используемых при изучении типологических особенностей проявления свойств нервной системы // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 177–182.

Сальников В. А., Кимейша Б. В. Динамика результатов у тяжелоатлетов в связи с психомоторными особенностями личности // Теория и практика физической культуры. 1982. № 7.

Сальников В. А., Львов В. К., Кимейша Б. В. Связь личностных особенностей боксеров с различными стилями ведения поединка // Психофизиологические особенности учебной и спортивной деятельности. Л., 1984. С. 21–25.

Самбикина О. С. Индивидуальный стиль учебной деятельности (на материале лонгитюдного исследования школьников разного пола): Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1998.

Самбикина О. С. Возрастная динамика индивидуального стиля учебной деятельности школьников // Вестник Пермского гос. педагогического университета. Серия 1. Психология. 2000. № 1–2. С. 136–144.

Самойлова А. И. Организация труда и охрана здоровья женщин. Казань, 1974.

Самсонов А. П. К вопросу психологии риска // Психологические проблемы повышения эффективности и качества труда. Ч. 2. Тезисы научных сообщений советских психологов к VI Всесоюзному съезду Общества психологов СССР. М., 1983. С. 311–314.

Санникова О. П. Соотношение устойчивых индивидуально-типических особенностей эмоциональности и общительности // Вопросы психологии. 1982. № 2.

Сантросян К. О., Салатинян С. А. О дифференциации понятия силы нервной системы // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 159–161.

Сарториус Т. Д. Опыт экспериментального изучения взаимодействия лиц с типологическими различиями при решении мыслительных задач // Исследование роли индивидуально-типологических различий и вопросы педагогической психологии. Алма-Ата, 1975. С. 32–35.

Сафонов В. К., Суворов Г. Б. Проявление свойств личности и нервной системы в деятельности авиадиспетчера // Личность и деятельность. Экспериментальная и прикладная психология. Вып. 11. Л., 1982. С. 84–90.

Селиванов В. В. Когнитивный стиль в процессе мышления // Психологический журнал. 1989. № 4.

Семагин В. Н., Зухарь А. В., Куликов М. А. Тип нервной системы. Стрессоустойчивость и репродуктивная функция. М.: Наука, 1988.

Семененко Е. И. Психофизиологическая характеристика некоторых типов саморегуляции внимания у рабочих-станочников // Вопросы психологии активности и саморегуляции личности. Свердловск, 1976. С. 99–104.

Семенов В. В. Психогенетические исследования эмоциональности // Вопросы психологии. 1983. № 3.

Семенов В. В. Природа межиндивидуальной изменчивости качественных особенностей эмоциональности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1982.

Семенов М. И. Возрастная динамика баланса по величине нервных процессов // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972. С. 87–91.

Семенов М. И., Мамажанов А. Х. Сопоставление результатов определения типологических особенностей в проявлении основных свойств нервной системы в двигательном и зрительном анализаторах // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972. С. 58.

Семенович А. В. Межполушарная организация психических процессов у левшей. М.: Изд-во МГУ, 1991.

Сергеева С. В., Чернявская Н. А. Опыт экспериментального изучения парного взаимодействия в связи с типологическими различиями по подвижности // Исследование роли индивидуально-типологических различий и вопросы педагогической психологии. Алма-Ата, 1975. С. 17–19.

Сергиенко Е. А., Рязанова Т. Б., Виленская Г. А., Дозорцева А. В. Изучение психологических особенностей близнецов в лонгитюдном исследовании // Психофизиология матери и ребенка: Сб. статей / Под ред. А. С. Батуева. СПб.: СПбГУ, 1999. С. 176–226.

Сибирякова Е. И. Индивидуальный стиль усвоения математических знаний: Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1996.

Сивак Л. Г. Взаимосвязь интеллектуального и эмоционального факторов в онтогенезе индивидуального стиля: Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1993.

Сидоров Е. А. Двигательная активность школьников на уроках физической культуры и типологические особенности проявления свойств нервной системы // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 36–42.

Сидоров Е. А. Повышение двигательной активности школьников на уроках физической культуры с учетом педагогических и психологических факторов: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1983.

Сизов К. В. Индивидуальный стиль и проблема личностного подхода к способностям // Вопросы психологии. 1988. № 2.

Сикорский И. А. Даровитость и талантливость в свете объективного исследования. Киев, 1918.

Силина Е. А. Развитие в онтогенезе взаимосвязей нервной системы и темперамента // Психологические проблемы индивидуальности. Вып. 2. М., 1984.

Силина Е. А. Индивидуальный стиль учебной деятельности старшеклассников в зависимости от разноуровневых свойств интегральной индивидуальности // Интегральное исследование индивидуальности: стиль деятельности и общения. Пермь, 1992. С. 55–61.

Силина Е. А., Катков В. Л. Возрастное развитие наследственной обусловленности свойств темперамента с 5 до 11 лет // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 67–68.

Симарева Т. М., Томчук А. А., Шульга Л. П. Социально-психологические и педагогические аспекты взаимоотношений тренеров с учениками (на примере изучения симпатии и антипатии) // Психофизиология. Л., 1979. С. 93–100.

Симонов П. В. Три фазы в реакции организма на возрастающий стимул. М.: Изд-во АН СССР, 1962.

Симонов П. В., Ершов П. М. Темперамент, характер, личность. М., 1984.

Симонов В. П. Теория отражения и психофизиология эмоций. М.: Наука, 1970.

Синани Н. Д. Индивидуализация тренировочного процесса на основе учета типологических особенностей высшей нервной деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1969.

Сиротин О. А. Индивидуально-типологические особенности нервной системы борцов // Спортивная борьба. Ежегодник. М.: ФиС, 1971. С. 101–106.

Системное изучение индивидуальности. Тезисы докладов Всесоюзной конференции. Пермь, 1991.

Склонности и способности: Сб. научных работ. Л.: Изд-во ЛГУ, 1962.

Скотникова И. Г. Психофизические характеристики зрительного различения и когнитивный стиль // Психологический журнал. 1990. № 1.

Скотникова И. Г. Когнитивные стили и стратегии решений // Стили человека: психологический анализ. М.: Смысл, 1998. С. 63–78.

Скрябин Н. Д. Зависимость проявления различной степени смелости от сочетания типологических особенностей в проявлении основных свойств нервной системы // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972. С. 162–174.

Скрябин Н. Д. Возрастные особенности проявления смелости // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974.

Скрябин Н. Д. Методика измерения проприорецептивной чувствительности // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 117–122.

Смирнов Б. Н. Особенности проявления решительности и смелости у гимнастов в зависимости от темперамента // Теория и практика физической культуры. 1965. № 11.

Соколова Е. Т. Мотивация и восприятие в норме и патологии. М., 1976.

Соколова Е. Т. О психологическом содержании понятия «когнитивный стиль» и его использовании в исследовании личности // Личность и деятельность. Тезисы докладов к V Всесоюзному съезду психологов. М., 1977.

Соколова Е. Т. Проективные методы исследования личности. М., 1980.

Соловьев А. В. Исследование познавательных стилей в американской психологии // Зарубежные исследования по психологии познания. Сборник аналитическиз обзоров. М., 1977. С. 235–255.

Соловьева С. А. Индивидуально-типологические различия во влиянии мотивов и нервно-психического напряжения на запоминание // Проблемы экспериментальной психологии личности. Вып. 5. Пермь. 1968. С. 234–248.

Соловьева С. А. Взаимная связь типа нервной системы, нервно-психического напряжения и активности мотивов в деятельности памяти // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь. Вып. 6. 1970. С. 265–280.

Сопиков А. П. Проблема измерения конформных реакций в малых группах: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1969.

Сопов В. Ф. Динамика состояния спортсменов в условиях монотонной деятельности в зависимости от особенностей нервной системы // Вопросы спортивной психогигиены. М., 1977. Вып. 6. С. 55–63.

Сорокина Т. М. Исследование феномена «амбивалентного поведения» у детей раннего возраста: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1977.

Сочивко Д. В. Шкала выраженности индивидуального стиля познавательной деятельности // Психологические проблемы индивидуальности. Вып. 2. Л.; М., 1984.

Сочивко Д. В., Якунин В. А. Когнитивные типы и индивидуальные стили познавательной деятельности // Психолого-педагогическое обеспечение учебного процесса. Л.; М., 1987.

Способности и интересы: Сб. научных работ. М.: Педагогика, 1962.

Способности: К 100-летию со дня рождения Б. М. Теплова. Дубна: Феникс, 1997.

Степанова (Ильина) М. Н. Типологические особенности в проявлении основных свойств нервной системы и выносливость // Проблемы индустриальной психологии. Ярославль, 1972. С. 122.

Степанский В. И. Влияние мотивации достижения успеха и избегания неудачи на регуляцию деятельности // Вопросы психологии. 1981. № 6.

Стили человека: психологический анализ. М.: Смысл, 1998.

Стиль жизни личности: теоретические и методологические проблемы. Киев, 1982.

Страхова Л. М. Индивидуальный стиль эмоционального поведения учителя // Системное изучение индивидуальности. Пермь, 1991. С. 115–116.

Стреляу Я. Время двигательной реакции как показатель силы нервной системы // Типологические исследования по психологии личности. Вып 4. 1967. С. 222–228.

Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. М.: Прогресс, 1982.

Стреляу Я., Краевский А. Индивидуальный стиль деятельности и сила нервной системы // Психофизиологические особенности становления профессионала. М., 1974. С. 170–186.

Субботин С. В. Индивидуальный стиль деятельности учителя как фактор интенсификации учебного процесса в средней школе // Психолого-педагогические основы интенсификации учебного процесса в различных педагогических системах. Тезисы Уральской научно-методической конференции. Ижевск, 1987 С. 59–61.

Субботин С. В. Устойчивость к психическому стрессу как характеристики метаиндивидуальности учителя: Автореф. дисс. ... канд. наук. Пермь, 1992.

Субботина Я. Ю. Проблема способностей в свете задач современной педагогической практики // Психология учебной и трудовой деятельности. Ярославль, 1985. С. 3–8.

Субботина Л. Ю. Развитие предмета и метода психологии способностей (в отечественной науке с XVIII по XX век): Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1986.

Субханкулов М. Г. Некоторые типологические различия в скорости и ускорении учебно-производственной деятельности токарей-универсалов // Вопросы психологии. 1964. № 4.

Суворов Г. Б. Некоторые устойчивые связи свойств нервной системы и личности у мужчин-спортсменов // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981 С. 123–130.

Суздалева В. А. Проявление типологических свойств в скорости ассоциативных и мыслительных процессов человека // Дифференциальная психофизиология и ее генетические аспекты. Тезисы докладов. М., 1975. С. 165–167.

Суслов Б. В. Влияние различных эмоциогенных факторов на скорость и точность движений фехтовальщиков в зависимости от силы нервной системы // Темперамент и спорт. Пермь, 1972. С. 53–62.

Суслова Т. С. Некоторые особенности креативных личностей // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 149.

Сухарева А. И. Об использовании индивидуальных особенностей в процессе формирования индивидуального стиля работы учащихся-токарей // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. М., 1967. Т. V . С. 197–213.

Сухарева А. М. Проявление свойства силы нервной системы по возбуждению в различном возрасте // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972. С. 75–79.

Теплов Б. М. Некоторые вопросы изучения общих типов высшей нервной деятельности человека и животных // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. М., 1956. С. 5.

Таннер Дж. Рост и конституция человека // Биология человека. М., 1979.
Тарабрина Н. В. Экспериментально-психологические и биохимические исследования состояния фрустрации и эмоционального стресса при неврозах: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1973.
Телегина С. А., Шляхта Н. Ф. Субъективный взгляд учителей на проблему наследственности и среды в индивидуальности человека // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 171–172.
Теплов Б. М. Проблема одаренности // Советская педагогика. 1940. № 4–5.
Теплов Б. М. Способности и одаренность // Ученые записки ГосНИИ психологии. Т. II. М., 1941.
Теплов Б. М. Глава в учебном пособии: Психология / Под ред. К. Н. Корнилова, А. А. Смирнова, Б. М. Теплова. М.: Учпедгиз, 1948. С. 408–427.
Теплов Б. М. Глава в «Психология» (учебник). М.: Учпедгиз, 1954.
Теплов Б. М. О понятиях слабости и инертности нервной системы // Вопросы психологии. 1955. № 6.
Теплов Б. М. Психология музыкальных способностей // Проблемы индивидуальных различий. М., 1961.
Теплов Б. М. Новые данные по изучению свойств нервной системы человека // Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. Т. III. М., 1963а.
Теплов Б. М. Типологические свойства нервной системы и их значение для психологии // Философские вопросы физиологии высшей нервной деятельности и психологии. М.: Наука, 1963б. С. 475–498.
Теплов Б. М. Психофизиология индивидуальных различий. Избр. труды: В 2 т. М.: Педагогика, 1985.
Типологические особенности высшей нервной деятельности человека / Под ред. Б. М. Теплова. Т. I. 1956; Т. II. 1959; Т. III. М., 1963; Т. IV. 1965; Т. V. 1967. Изд-во АПН РСФСР.
Тихомирова И. В. Особенности организации познавательной деятельности и проблема преобладания сигнальных систем действительности // Психология личности. Теория и эксперимент. М., 1982. С. 121–125.
Тихомирова И. В. Типологический и дименсиональный подходы в изучении ориентировочной активности // Способности: К 100-летию со дня рождения Б. М. Теплова. Дубна: Феникс, 1997.
Толочек В. А. Стили деятельности: модель стилей с изменчивыми условиями деятельности. М., 1992а.
Толочек В. А. Триада управления и стиль руководства // Социологические исследования. 1992б. № 1.
Толочек В. А. Стили профессиональной деятельности. М.: Смысл, 2000.
Толстов В. М., Цагарелли Ю. А., Фукин А. И. Сопоставление произвольных двигательных методик определения типологических особенностей нервной системы с нейрохронометрическими методиками // Психофизиологическое изучение учебной и спортивной деятельности. Л., 1981. С. 159–161.
Трошихин В. А., Молдавская С. И., Кольченко Н. В. Функциональная подвижность нервных процессов и профессиональный отбор. Киев: Наукова думка, 1978.
Тугаринов В. П. Личность и общество. М.: Мысль, 1965.
Тулупьева Т. В. Психологическая защита и особенности личности в период ранней юности. СПб., 2000.
Турбина Т. С. Связь успеваемости младших школьников с некоторыми личностными особенностями. Дипломная работа. СПб.: РГПУ им. А. И. Герцена, 2002.

Турецкий Б. В. Стили боевой деятельности фехтовальщиков // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 120–121.

Туровская З. Г. О природе типологических различий в явлениях последействия нервных процессов // Вопросы психологии. 1963. № 3.

Туровская З. Г., Бережковская Е. Л., Александровская Э. М. Индивидуальный стиль работы и психофизиологические особенности операторов химического производства // Вопросы психологии. 1972. № 5.

Тутушкина М. К., Кораблина Е. П. Влияние индивидуально-психологических особенностей студентов на успешность их обучения в техническом вузе // Психолого-педагогическое обеспечение учебного процесса в высшей школе в условиях ее перестройки. Л.; М., 1988.

Тютюнник В. И. Начальный этап онтогенеза субъекта творческого труда: Автореф. дисс. ... доктор наук. М., 1994.

Уарте Х. Исследование способностей к наукам. М., 1960.

Уильямс Р. И. Биохимическая индивидуальность. М. 1960.

Уманский Л. И. Некоторые вопросы изучения общих типов нервной системы и темперамента детей // Вопросы психологии личности. М., 1960.

Умнов В. П. Психологические особенности формирования представлений о двигательных действиях как условие реализации метода наглядности в обучении (на материале физических упражнений): Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1980.

Урванцев Л. П., Конин А. П. Социальные факторы генезиса когнитивно-стилевой подструктуры индивидуальности // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 92–93.

Уткина Н. С. Типологические различия влияния педагогической оценки на некоторые свойства внимания // Типологические исследования по психологии личности и по психологии труда. Пермь, 1964.

Уткина Н. С. Типологические различия проявлений психического напряжения в зависимости от силы возбудительного процесса // Проблемы экспериментальной психологии личности. Пермь, 1968. С. 182–194.

Фарфель В. С. Двигательные способности детей, их развитие и пути изучения // Развитие двигательных способностей у детей. М., 1976. С. 191–194.

Фетискин Н. П. Влияние типологических особенностей в проявлении основных свойств нервной системы на возникновение состояния монотонии // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972а. С. 150–154.

Фетискин Н. П. Исследование механизмов состояния монотонии // Психофизиологические основы физического воспитания и спорта. Л., 1972б. С. 142–149.

Фетискин Н. П. Зависимость времени простой зрительно-двигательной реакции от типологических особенностей проявления основных свойств нервной системы // Психофизиологические особенности спортивной деятельности. Л., 1975. С. 74–77.

Фетискин Н. П. Баланс нервных процессов и индивидуальные различия в двигательной активности // Психофизиология. Л., 1979. С. 35–38.

Фетискин Н. П. О влиянии индивидуальных различий на биохимические изменения и энергозатраты при монотонной деятельности // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 137–138.

Фетискин Н. П. Психологические и психофизиологические особенности отчисленных студентов педагогического института // Психофизиологические аспекты спортивной и учебной деятельности. Л., 1987. С. 110–114.

Фетискин Н. П. Системное исследование монотонии в профессиональной деятельности: Автореф. дисс. ... доктор наук. СПб., 1993.

Фещенко Е. К. Возрастно-половые особенности самооценки волевых качеств: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1999.

Фирилева Ж. Е. Сравнительная характеристика типологических особенностей проявления основных свойств нервной системы у гимнасток // Тезисы пятой научной конференции по физическому воспитанию детей и подростков. М., 1972. С. 235–236.

Фирилева Ж. Е. Возрастные изменения основных свойств нервной системы у занимающихся спортивной и художественной гимнастикой // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 151–163.

Фомин Н. А., Филин В. П. Возрастные особенности физического воспитания. М.: ФиС, 1972. С. 34.

Фресс П. Эмоции // Экспериментальная психология. Вып. V. М.: Прогресс, 1975. С. 11–195.

Фукин А. И. Психологические особенности деятельности слесарей-сборщиков конвейерного производства. Набережные Челны, 1995.

Фулье А. Темперамент и характер. М., 1896.

Халилов Р. Х. Индивидуально-типологические особенности нервной системы лыжников-гонщиков // Спортивная и возрастная психофизиология. Л., 1974. С. 50–54.

Хармаз В. Половозрастные особенности реакций на фрустрацию у эмигрантов // Ананьевские чтения–97. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 1997. С. 285–286.

Хекхаузен Г. Психология мотивации достижения. СПб.: Речь, 2001.

Хильченко А. Е. Методика исследования подвижности основных нервных процессов у человека // Журнал высшей нервной деятельности. 1966. № 6.

Хозак Л. Е. Возрастные особенности запредельного торможения // Опыт систематического экспериментального исследования онтогенетического развития корковой динамики. М., 1940.

Холодная М. А. Когнитивные стили как проявление своеобразия индивидуального интеллекта. Киев, 1990.

Холодная М. А. Когнитивные стили и интеллектуальные способности // Психологический журнал. 1992. № 3.

Холодная М. А. Когнитивные стили: парадигма «других» интеллектуальных способностей // Стиль человека: психологический анализ. М.: Смысл, 1998. С. 52–63.

Холодная М. А. Когнитивные стили: о природе индивидуального ума. М.: ПерСэ. 2002.

Хотинец В. Ю. Зависимость развития интегральной индивидуальности от особенностей этнического самосознания // Психологический журнал. 1999. № 1.

Хрусталева Т. М. Специальные способности учителя математики // Вестник Пермского гос. педагогического университета. Серия 1. Психология. 1995. № 1. С. 20–32.

Хрусталева Т. М. Специальные способности учителя русского языка и литературы // Вестник Пермского гос. педагогического университета. Серия 1. Психология. 2000. № 1–2. С. 34–47.

Художественный тип человека / Отв. ред. В. П. Морозов. М., ИП РАН. 1994.

Чудновский В. Э. Актуальные проблемы психологии способностей // Вопросы психологии. 1986. № 3.

Цагарелли Ю. А. Объективные методы измерения уровня эмоциональности // Теоретические и прикладные исследования в психологии. Казань: Изд-во КГУ, 1977. С. 156–163.

Цагарелли Ю. А. Особенности личности и профессиональная направленность обучения // Прикладная психология в высшей школе. Казань, 1979.

Цагарелли Ю. А. Психологическое исследование музыкальности как профессионально важного качества (на примере инструменталистов и дирижеров): Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1981.

Цагарелли Ю. А. Психология музыкально-исполнительской деятельности. Автореф. дисс. ... докт. наук. Л., 1989.

Цицвер Б. И. Проявление свойств нервной системы у футболистов // Оптимальное соотношение между умственной и физической деятельностью у студентов педагогических институтов. Л., 1976. С. 124–129.

Цуканов Б. И. Фактор времени и природа темперамента // Вопросы психологии. 1988. № 4.
Цыгульский Т. Ф. Психологический анализ структуры музыкально-педагогических способностей (на примере музыкально-педагогического факультета): Автореф. дисс. ... канд. наук. Киев, 1983.
Чик Дж. Если вы застенчивы // За рубежом. 1984. № 7 (1232). 10.06.02. С. 19.
Чудновский В. Э. Изучение свойств типа нервной системы у детей-дошкольников // Вопросы психологии. 1962. № 3.
Чудновский В. Э. О возрастном подходе к типологическим особенностям // Вопросы психологии. 1963. № 1.
Чудновский В. Э. Актуальные проблемы психологии способностей // Вопросы психологии. 1986. № 3.
Чуприкова Н. И. Об уточнении физиологического смысла и стандартизации двигательной методики В. Д. Небылицына по определению силы нервной системы // Психофизиологические вопросы становления профессионала. М., 1976.
Чуприкова Н. И. О необходимости уточнения физиологического смысла двигательной методики В. Д. Небылицына // Теоретические и прикладные исследования по психологии. Казань: Изд-во КГУ, 1977. С. 122–131.
Шабунин Р. А. Возрастные особенности функционирования двигательного аппарата и сердечно-сосудистой системы при статических напряжениях: Автореф. дисс. ... докт. наук. Свердловск, 1969.
Шадриков В. Д. Проблемы профессиональных способностей // Психологический журнал. 1982. № 5.
Шадриков В. Д. О содержании понятий «способности» и «одаренность» // Психологический журнал. 1983. № 3.
Шадриков В. Д. Методологические проблемы способностей // Психология учебной и трудовой деятельности. Ярославль, 1985. С. 3–8.
Шадриков В. Д. Психология деятельности и способности человека. М.: Логос, 1996.
Шадрин В. М. Психологические основы формирования двигательного навыка. Казань: Изд-во КГУ, 1978.
Шафранская К. Д. Эмоциональные характеристики и их структура // Психодиагностические методы в комплексном лонгитюдном исследовании студентов. Л., 1976. С. 176–188.
Шварц В. Б. К проблеме врожденного и приобретенного в развитии двигательных способностей // Проблемы генетической психофизиологии человека. М., 1978. С. 155–169.
Шидакова Ф. М. Своеобразие структуры интегральной индивидуальности студентов на разных ступенях обучения: Автореф. дисс. ... канд. наук. Ростов-на-Дону, 1991.
Шингаева Н. В. Изучение личностных особенностей застенчивых старшеклассников // Ананьевские чтения–98. Тезисы научно-практической конференции. СПб., 1998. С. 181–182.
Ширинов А. Р. Быстрота выполнения квалификационных нормативов при выработке у борцов адекватного и неадекватного стиля ведения схватки // Психофизиологические аспекты спортивной и учебной деятельности. Л., 1987. С. 33–35.
Ширинов А. Г. Формирование стиля ведения схватки у борцов-самбистов: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1988.
Шкуратова И. П. Исследование особенностей общения в связи с когнитивным стилем личности: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1983.
Шкуратова И. П. Когнитивный стиль и общение. Ростов-на-Дону, 1994.
Шлемин А. И. О некоторых факторах, улучшающих двигательную функцию детей и подростков // IV научная конференция по физическому воспитанию детей и подростков. Материалы. М., 1968. С. 162.
Шляхта Н. Ф. Исследование влияния генотипа на показатели различных уровней индивидуальности // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 69.

Шляхта Н. Ф., Крупнов А. И. О генотипической обусловленности некоторых психодинамических признаков темперамента // Индивидуальные особенности психического и соматического развития и их роль в управлении деятельностью человека. Тезисы докладов Всесоюзного симпозиума. Пермь, 1982. С. 145–146.

Шмакова Л. А., Волошенко С. Е. Некоторые показатели структуры личности во взаимосвязи с тестом на аплодирование // Проблемы нейрокибернетики. Ростов-на-Дону, 1983.

Шрейдер Р. В., Шадриков В. Д. Психологическое изучение профессии сборщиц в целях повышения эффективности трудовой деятельности // Проблемы индустриальной психологии. Ярославль, 1976. С. 133–154.

Штерн В. Одаренность детей и подростков и методы ее исследования. М., 1926.

Штиммер Э. В. Роль обучения и уровня умственного развития в формировании типологически обусловленного индивидуального стиля у детей старшего дошкольного возраста: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1975.

Шувалов Ю. Н. Влияние свойств темперамента на эффективность обучения плаванию студентов вуза: Автореф. дисс. ... канд. наук. Л., 1988.

Щукин М. Р. Различие ориентировочного и исполнительского компонентов деятельности у подвижных и инертных учеников // Вопросы психологии. 1963. № 6.

Щукин М. Р. Некоторые типологически обусловленные различия в протекании ориентировочной и исполнительной деятельности при усвоении начальных трудовых умений // Типологические исследования по психологии личности и по психологии труда. Пермь, 1964.

Щукин М. Р. Учет особенностей самооценок при формировании индивидуального стиля трудовой деятельности // Проблемы интегрального исследования индивидуальности. Пермь, 1981. С. 97–109.

Щукин М. Р. О структуре индивидуального стиля трудовой деятельности // Вопросы психологии. 1984. № 6.

Щукин М. Р. Результаты деятельности в характеристике индивидуального стиля трудовой деятельности и уровни его развития // Системное исследование индивидуальности. Пермь, 1991. С. 125–126.

Щукин М. Р. Проблемы индивидуального стиля в современной психологии // Интегральное исследование индивидуальности: стиль деятельности и общения. Пермь, 1992. С. 3–17.

Щукин М. Р. Структура индивидуального стиля деятельности и условия формирования: Автореф. дисс. ... докт. наук. Новосибирск, 1994.

Щукин М. Р. Индивидуальный стиль и интегральная индивидуальность: проблемы и подходы // Психологический журнал. 1995. № 2.

Щукин М. Р. Проблема развития стиля деятельности в свете новых фактов // Вестник Пермского гос. педагогического университета. Серия 1. Психология. 2000. № 1–2. С. 21–34.

Эйдман Е. В. Волевая регуляция деятельности в условиях предельных физических напряжений: Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1986.

Экспериментальные исследования личности и темперамента. Пермь, 1971.

Эфроимсон В. П. Предпосылки гениальности. Биосоциальные факторы повышенной умственной активности // Человек. 1997. № 2–6; 1998. № 1.

Юдина Р. Н. Стиль общения тренера и эффективность соревновательной деятельности спортсменок в художественной гимнастике // Интегральное исследование индивидуальности. Пермь, 1992. С. 88–93.

Южанинова А. Л. Стилевые особенности межличностного познания и характеристики общения. Л., 1988.

Юнг К. Г. Психологические типы. М.: Алфавит, 1992.

Юркевич В. С. Способность к саморегуляции как компонент общей одаренности // Материалы IV Всесоюзного съезда Общества психологов СССР. Тбилиси, 1971.

Юров И. А. Направленность и типы фрустрации пловцов // Теория и практика физической культуры. 1981. № 7.

Юрьев Г. П. Сравнительное исследование интегральной индивидуальности у корабельных специалистов при обучении в экстремальной деятельности: Автореф. дисс. ... канд. наук. Ставрополь, 1997.

Юсим Е. Д. Индивидуальные различия в моторной памяти и свойства нервной системы. Автореф. дисс. ... канд. наук. М., 1975.

Юсупов И. М. Вчувствование, проникновение, понимание. Казань: Изд-во КГУ, 1993.

Ягункова В. П. О некоторых возрастных особенностях развития литературных способностей школьников // Вопросы психологии. 1966. № 3.

Якиманская И. С. Индивидуально-психологические различия в оперировании пространственными отношениями у школьников // Вопросы психологии. 1976. № 3.

Якубчик Б. И. Некоторые индивидуальные различия в деятельности спортсмена-акробата и учет их в процессе учебно-тренировочных занятий // Вопросы психологии. 1964. № 5.

Якубчик Б. И. Учет индивидуальных особенностей спортсменов // Гимнастика (сборник статей). Вып. 2. М.: ФиС, 1974. С. 24–30.

Якштис Ю. С. Успешность деятельности в профессиях, связанных с переработкой текстовой информации: Автореф. дисс. ... канд. наук. СПб., 1992.

Ярмоленко А. В. Об ошибках в определении способностей // Склонности и способности. Л.: Изд-во ЛГУ, 1962 С. 70–79.

Adams-Weber J. R. Personal Construct Theory: Concepts and Applications. Chichester, Wiley, 1979.

Adler A. Understanding Human Nature. New York, 1927.

Adorno T. W. et al. (1950). The authoritarian personality. New York: Harper.

Allport G. W. Personality: A Psychological Interpretation. New York, 1937.

Altemeyer B. (1988). Enemies of freedom: Understanding right-wing authoritarianism. San Francisco: Jossey-Bass.

Asch S. E. (1951). Effects of group pressure on the modification and distortion of judgements. In H. Guetzkow (Eg.), Groups, leadership and men. Pittsburgh, PA: Carnegie.

Asch S. E. Studies of independence and conformity // Psychol. Monogr. 1956, v. 70, № 9.

Ault R. L. Problem-solving strategies of reflective, impulsive, fast-accurate and slow-inaccurate children // Child Development. 1973, v. 44, p. 259–266.

Ausubel D. P. Educational psychology: A cognitive view. New York, 1968.

Bakan P., Belton I., Toth I.C. Extraversion-introversion and decrement in an auditory vigilance task // Vigilance a Simposium. New York, 1963.

Bakwin H. Lateral Dominance. // J. Pediatrics, 1950, 36, 3, 385.

Bandura A., Walters R. H. Adolescent aggression. New York, Ronald Press, 1959.

Barnes B. L., Parwani S. Personality assesment of compulsive gamblers // Indian J. of Clinical Psycholoogy. 1987, v. 14, p. 98–99.

Barrett P. T., Kline P. (1982). An item and radial parcelanalysis of the 16PF questionnaire. Personality and Individual Differences, 3, 259–270.

Barrick V. R., Mount M. K. Autonomy as a moderator of the relationship between the Big Five personality dimensions and job performance // J. of Applied Psychology, 1993, v. 78, p. 11–118.

Bartram D. The predictive validity of the EPI and 16 PF for military flying training // J. of Occupational and Organisational Psycholoogy. 1995, v. 68, p. 219–230.

Bartram D., Dale H. The Eysenck Personality Inventory as a selection test for military pilots // J. of Occupational Psychology. 1982, v. 55, p. 287–296.

Batson C. D. The Altruism Question. Toward a Social-Psycholoogical Answer. Lawrence Erlbaum Assotiates Publisher. Hillsdale, New Jersey, Hove and London, 1991.

Baumrind D. Current patterns of parental authority // Developmental Psychology Monograph, 1971, v. 4 (1, Part 2).

Baumrind D. The influence of pareting style on adolescent competence and substance use // J. of Early Adolescence, 1991, v. 11(1), p. 56–95.

Becker W. C. Cortical inhibition and extraversion-introversion // J. abnorm. Soc. Psychol., 1960, v. 61, p. 52–66.

Becker W. C., Matteson H.H. GSR conditioning, anxiety and extraversion // J. abnorm. Soc. Psychol., 1961, v. 62, p. 427–430.

Belsky J., Rovine M. (1987). Temperament and attachment security in the Strange Situation: A rapprochement. Child Development, 58, 787–795.

Benedict R. Patterns of culture. Boston: Houghton Mifflin, 1934.

Bentley A. Measures of musical abilities. London. 1965.

Bentz V. J. Contextual issues in predicting high-level leadership performance: Contextual richness as a criterion consideration in personality research with executives // K. E. Clark, M. B. Clark (eds.). Measures of leadership. West Orange, New York, Leadership Library of America, 1990, p. 131–143.

Bieri J. Cognitive complexity-simplicity and predictive behavior // J. of Abnormal and Social Psychology. 1955, v. 51, p. 253–268.

Binet A. La sugestibilite. Paris, 1900.

Bishop G. Health psychology. Boston, MA. Allyn and Bacon. 1994.

Bjorkqvist K. et al. (1992). Do girls manipulate and boys fight? Developmental trends regarding direct and indirect aggression. Aggressive Behavior, 18, 157–166.

Blake R. R., Mouton J. S. The menagerial grid; key orientations for achieving production through people. Houston, 1964.

Blake R. R., Mouton J. S. Building a dynamic corporation through grid organization development. Reading: Addison Wesley Publ. Co., 1969.

Blaszczynsky A., Mc Conaghy N., Frankova A. Boredom proneness in pathological gambling // Psychological reports. 1990, v. 67, p. 35–42.

Block Y., Block Y. H., Harrington M. Some Misgivings about the Matching Familiar Figures Test as a Measure of Refletion-Impulsivity // Developmental Psychology. 1974, v. 10, p. 611–632.

Blunt P. Personality characteristics of a group of white South African managers // International J. of Psychology. 1978, v. 13, p. 139–146.

Booysen A., Erasmus J. Die verband tussen enkele persoonlikheidsfactore en botsingrisiko // South African J. of Psycholoogy. 1989, v. 55, p. 321–329.

Booth-Kewley S., Friedman H. Psychological predictors of heart disease: a quantitative review // Psychological Bulletin. 1987, v. 101, p. 343–362.

Buri J. R., Louiselle P. A., Misukanis T. M., Mueller R. A. Effects of parental authoritarianism and authoritativennes on self-esteem // Personality and Sociqal Psychology Bulletin, 1988, v. 14, p. 271–282.

Burt C. The Analysis of Temperament // British J. of Medical Psychology. 1937, v. 17, № 1, p. 158–188.

Burt C. The Factorial Study of Temperament Traits // British J.of Psychology. 1948, № 1, p. 178–203.

Buss A.R., Plomin R. Temperament Theory of Personality Development. New York, 1975.

Buss A. R., Poley W. Individual differences: traits and factors. New York, Gardner Press, 1976.

Buss A. H., Plomin R. Temperament: Early developing personality traits. Hillsdale. Nj: Erlbaum, 1984.

Buss A., Plomin R., Willerman L. The inheritance of temperament // J. of Personality, 1973, v. 41, p. 513–521.

Caldwell D. F., Burger J. M. Personality characteristics of job applicants and success in screening interviews // Personel Psychology, 1998, v. 51, p. 119–136.

Campbell H. Morbid Shyness // British Medical Journal, 1896, № 2.

Campbell J., Hawley C. Study habits and Eysenck,s theory of extraversion-introversion // J. of Research in Personality, 1982, v. 16, p. 139–146.

Carducci B. J., Zimbardo P. G. Are you shy? // Psychology Today, 1995, v. 28, p. 34–40.

Caspi A., Elder G. H., Bem D. J. Moving against the world: Life course pattern of explosive children // Developmental Psychology, 1987, v. 23, p. 308–313.

Caspi A., Elder G. H., Bem D. J. Moving away from the world: Life course pattern of shy children // Developmental Psychology, 1988, v. 24, p. 824–831.

Cattell R. B. Description and measurement of personality. San Francisco. Jossey Bass Co., 1946.

Cattell R. B. Abilities. Their Structure, Growth and Action. Boston, Houghton Mifflin company, 1971.

Cattell R. B., Eber H. W., Tatsuoka M. M. Handbook of the sixteen personality factor test. Illinois, 1970, 700 p.

Cattell R. B., Scheier J. H. The meaning and measurement of neuroticism and anxiety. New York: The Ronald Press Co., 1961.

Cheong G., Wadden E. P. The relationship between teachers experimental and dogmatic attitudes and their pupils self-concept // Alberts J. of Educational Research, 1978, v. 14, p. 121–125.

Chesney M. A., Black G. W., Chadwick J. H., Roseman R. H. Psychological correlates of the type A behavior pattern // J. Behavior Medicine, 1981, v. 4, № 2, p. 217–229.

Child D. The relationship between introversion-extraversion, neuroticism and performance in school examination // British J. of Educational Psychology, 1989, v. 34, p. 178–196.

Christie R., Geis F. L. Studies in Machiavellianism. Academic Press. 1970.

Clauss G. Zur Psychologie kognitiver Style. Neuere Entwiklungen im Grenzenbereich von Allgemeiner und Personlichkeitpsychology // Zur psychologischen Personlichkeitforschung. Berlin, 1978, p. 122–137.

Cloninger R. A sistematic method for clinical description and classification of personality variants // Archives of Genetic Psychiatry, 1987, v. 44, p. 573–588.

Cloninger R., Svrakic D. M., Przybeck T. R. A psychobiological model of temperament and character // Archives of Genetical Psychiatry, 1993, v. 50, p. 975–990.

Cohen A., Cohen L. Children,s attitudes toward primary school activities // Durham Research Review, 1974, v. 32, p. 847–956.

Conrad K. Der Konstitutionstypus. Berlin-Gottingen Heidelberg, 1963.

Contrada R., Leventhal H., O. Leary A. Personality and health // L. Pervin (ed.). Handbook on Personality: theory and research. New York, The Guilford Press, 1990, p. 638–669.

Coop R. H., Brown L. D. Effects of cognitive style and teaching method on categories of achievement // J. of Educ. Psychol., 1970, v. 61.

Cooper R., Payne R. Extraversion and some aspects of work behaviour // Personnel Psychology, 1967, v. 20, p. 45–47.

Costa P. T., McCrae R. R. (1992b). NEO-PI-R, Professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources.

Cound D. M. A call for leadership // Quality progress, 1987, № 3, p. 11.

Craig R., Mehrens W., Clarizio H. Contemporary educational psychology: Concepts, Issues, Aplication. New York, 1975, p.319.

Craske S. A study of the relation between personality and accident history // British J. of Medical Psycholoogy, 1968, v. 41, p. 399–404.

Crozier W. R. Individual learners: personality differences in education. London, Routledge, 1997.

Crutchfield R. S. Conformity and character // Current Perspectives in Social Psychology, 1967, v. 12, № 2.

Cummins R. E. Research insights into the relationships between teachers acceptance attitudes, their role concepts and students acceptance attitudes // J. of Educational Research, 1969, v. 53, p. 197–198.

Daniels D., Plomin R. Origins of individual differences in infant shyness // Developmental Psychology, 1985. v. 21 (1), p. 118–121.

Davis A.J. Cognitive style: Methodological and developmental considerations // Child development, 1971, v. 42, № 5, p. 1447–1459.

Davis J. K., Klausmeier H.J. Cjgnitive style and concept identification as a function of complexity and training // J. of Educ. Psychol., 1970, v. 61.

DeCharms R. Enhancing motivation: change in the classroom. New York, 1976.

De Fruyt F., Mervilde I. Personality and interest as a predictors of educational streaming and achievement // European J. of Personality, 1999, v. 10, p. 405–425.

Dembroski T., Costa P. Coronary prone behaviour: components of the Type A pattern and hostility // J. of Personality, 1987, v. 55, p. 211–235.

Denny D. R. Reflection and impulsivity as determinants of conceptual strategy // Child Development, 1973, v. 44, p. 614–623.

De Raad B., Schouwenburg H. Personality in learning and education: a review // European J. of Personality, 1996, v. 10, p. 303–336.

Deutsch M.&Gerard H. B. (1955). A study of normative and informational influence upon individual judgement. Journal of Abnormal and Social Psychology, 51, 629–636.

Diamond S. Personality and Temperament. New York, 1957.

Dollard J:, Doob L., Miller N. E., Mowrer H. O., Sears R. R. Frustration and Agression. New Hawen, Yale, 1939.

Dornbush S. M., Ritter P. L., Leiderman P. H., Roberts D. F., Fraleigh M.J. The relation of parenting style to adolescent school performance // Child Development, 1987, v. 58, p. 1244–1257.

Drummond R., Stoddard A. Learning style and personality type // Perceptual and Motor Skills, 1992, v. 75, p. 99–104.

Dunbar F. Psychosomatic diagnosis. New York, Hoeber, 1943.

Dupre E. Pathology de l,imagination et de l,emotivite. Paris: Payot, 1925.

Eaves L.J., Eysenk H.J., Martin N. G. Genes, Culture and Personality: An Empirical Approach. Academic Press, New York, 1989.

Eckhard C.J., Rfssinove H., Tsytsarev S. V., Sukhodolsky D. G. A Russian Version of the State-Trait Anger Expression Inventory: Preliminare Data // J. of Personality Assesment, 1995, v. 64 (3), p. 440–455.

Endler N. S. The temperamental nature of personality // European Journal of Personality, 1989, v. 3, № 3, p. 151–165.

Endler N. S., Hunt J., Rosenstein A.J. An S R inventory of anxiousness // Psychol. Monogr. 1962, v. 76 (whole № 536).

Entwistle N. Personality and academic attaintment // British J. of Educational Psychology, 1972, v. 42, p. 137–151.

Eysenck H. I. Dimension of personality. London, 1947.

Eysenck H.J. The Dinamics of Anxiety and Hysteria. London, 1957.

Eysenck H.J. The Structure of Human Personality. London; New York, 1960.

Eysenck H.J. Biological Basis of Personality // Nature, 1963, v. 199.

Eysenck H.J. The biological basis of personality. Springfield, IL, Charles C. Thomas, 1967.

Eysenck H.J. Readings in extraversion-introversion. II: Fields of application. London, Staples, 1971.

Eysenck H.J. Biological dimensions in personality // L. A. Pervin (ed.). Handbook of Personality. Theory and Research. The Guilford Press, New York; London, 1990, p. 244–276.

Eysenck H.J. Cancer, personality and stress: prediction and prevention // Advances in Behaviour Research and Therapy, v. 16, p. 167–215.

Eysenck H., Eysenck M. Personality and individual differences: a natural science approach. New York, Plenium, 1985.

Eysenck H.J., Eysenk S. R. Personality structure and measurement. Routlege and Kegan Paul. London, 1969.

Fagot B. The sozialisation of sex differences in early childhood. New York, 1978.

Fiedler F. A theory of leadership of effectiveness. New York, McGraw-Hill, 1967.

Field J. G., Brengelman J. C. Eyelid conditioning and three personality parameters // J. abnorm. Soc. Psychol, 1961, v. 63, p. 517–523.

Field-dependence in psychological theory, research and application. London, 1986.

Findley M.J., Cooper H. M. Locus of control and academic achivement: A literature review // J. of Personality and Social Psychology, 1983, v. 44, p. 419–427.

Fine B. Introversion-extraversion and motor vehicle driver behavior // Perceptual and Motor Skills, 1963, v. 12, p. 95–100.

Fouillee A. Temperament et caractere selon les individus, les sexes et les rases. Paris, 1901.

Freud A. The ego and the mechanisms of defence. New York, International University Press, 1936.

Freud S. The ego and the id. London, Hogarth Press, 1923.

Fridman M., Roseman R. H. The key cause-type: A behavior pattern // Stress and coping. New York, 1977, p. 203–212.

Fridrich M. A. Cognitive tempo as a response strategy in children // Dissertation Abstracy International, 1986, v. 47, 1754.

Frischeiser-Kohler I. The personal tempo and its inheritance // Character and Personality, 1933, № 1.

Fuller J. L., Thompson W. R. Foundations of Behavior Genetics. Saint Louis, 1978.

Funk S., Houston K. A critical analysis of the hafdiness scale's validity and unity // J. of Personality and Social Psychology, 1987, v. 53, p. 572–578.

Furnham A. The relationship of personality and intelligence to cognitive learning style and achivement // D. Saklofske, M. Zeidner (eds.). International Handbook of Personality and Intelligence. New York, Plenium, 1995, p. 397–413.

Furnham A. Personality at work. London: Routledge, 1992a.

Furnham A. Personality and learning style: a study of three instruments // Personality and Individual Differences, 1992b, v. 13, p. 429–438.

Furnham A., Bradley A. Music while you work: the differential distraction of background musik on the cognitive test performance of introverts and extraverts // Applied Cognitive Psychology, 1997, v. 11, p. 445–455.

Furnham A., Coveney R. Personality and customer servis // Psychological Reports, 1996, v. 79, p. 675–681.

Furnham A., Miller T. Personality, absenteeism and productivity // Personality and Individual Differences, 1997, v. 23, p. 705–708.

Furnham A., Zacherl M. Personality and job satisfaction // Personality and Individual Differences, 1986, v. 7, p. 453–455.

Gallagher D. Personality, coping and objective outcomes: extraversion, neuroticism, coping styles and academic performance // Personality and Individual Differences, 1996, v. 21, p. 421–429.

Gardner R. W. Cognitive styles in categorising behavior // J. of Personality, 1953, v. 22, p. 214–233.

Gardner R. W., Holzman P.S., Klein B. S., Linton H., Spence D. R. Cognitive control: A study of individual consistencies in cognitive behavior // Psichological Issues, 1959, v. 1, № 4. Monograph 4, p. 1–117.

Gardner R. W., Lohernz L. J., Schoen R. A. Cognitive control of differentiation in perception of persons and objects // Perceptual and Motor Skills, 1968, v. 26, p. 311–330.

Guilford J. P., Zimmerman W. S. The Guilford-Zimmerman Temperament Survey: Manual of Direction and Norms.Beverly Hills, Califonia: Sheridan Supply, 1949–1955.

Goh D., Moore C. Personality and academic achivement in three educational levels // Psychological report, 1978, v. 43, p. 71–79.

Gray J. A. Pawlow,s Typology. Oxford, 1964.

Green D., Snell J., Parimanath A. Learning styles in assesment of students // Perceptual and Motor Skills, 1990, v. 70, p. 363–369.

Greer S., Morris T. Psychological attributes of women who develop breast cancer: a controlled study // J. of Psychosomatic Research, 1975, v. 19, p. 147–153.

Grigorenko E., Sternberg R. Thinking styles // D. Saclofske, M. Zeidner (eds.). International Handbook of Personality and Intelligence. New York, Pleniun, 1995, p. 205–229.

Grossarth-Maticek R., Eysenck H.J. Personality, stress and disease: description and validation of a new inventory // Psychological Reports, 1990, v. 66, p. 355–373.

Guilford J. P., Guilford R. B. An Analysis of the Factors in a Typical Test of Introversion Extraversion // J. of Abnormal and Social Psychology, 1934, v. 28, p. 377–399.

Guilford J. P., Zimmerman W. S. Fourteen Dimensions of Temperament // Psychological Monographs, 1956, v. 70, № 10, p. 1–26.

Gupta A., Sharms S. The effect of trait anxiety, intelligence and psychological stress on problem solving // Personality Study and Group Behavior, 1986, v. 6 (2), p. 9–22.

Goldberg J. A. Management Style: a catalist to productivity improvement in the public sector // National productivity rewiew, 1985, № 3, p. 256–264.

Haan N. Coping and defending. Process of self-environment organization. New York, Academic Press, 1977.

Hansen C. A causal model of the relationship between accidents, biodata, personality and cognitive factors // J. of Applied Psychology, 1989, v. 74, p. 81–90.

Hansen J. B. Effects of feedback, learner control, and cognitive abilities on state anxiety and performance in a computer-assisted instructional task // J. of Educational Psycholoogy, 1974, v. 66 (2), p. 247–254.

Harburg E., Roeper P., Ozgoren F. et al. Handedness and temperament // Perceptual and motor skills. 1981, V. 52.

Hartup W. W. Nurturance withdrawal in relation to the dependency behavior of preschool children // Child development, 1958, v. 29, p. 191–201.

Hartup W. W. Peer interaction and social organization // P. H. Mussen (ed.). Carmishael,s manual of child psycholoogy. New York, Wiley, V. 2, 1970.

Haven P. Personality predictors of self-reported delinquence // Personality and Individual Difference, 1993, v. 14, p. 67–76.

Hebb D. O. Drives and the C. N. S. (conceptual nervous system) // Psychological Review, 1955, v. 62, p. 243–254.

Henle J. Anthropologische Vortrage. Erstes Heft. Braunschweig, 1876.

Hersey R., Blanshard K. Management and organizational behavior. Utilizing human resources. Englewood Cliffs. Prentice Hall, 1982, 345 p.

Heymans G., Wiersma E. D. Beitrage zur speziellen Psychologie auf Grund einer Messenuntersuchungung. // Zeitschrift fur Psychologie, 1906, 42, s. 81–127; 1906, 43, s. 321–373; 1907, 45, s. 1–42; 1908, 46, s. 321–333; 1908, 49, s. 414–439; 1909, 51, s. 1–72.

Hill A. Extraversion and variety seeking in a monotonous task // Brit. J. Psychol., 1975, v. 66, p. 9–13.

Hoffman M. L. Toward a theory of empathic arousal and development // M. Lewis, L. A. Rosenblum (eds.). The Development of Affect. New York; London, 1978.

Hogan R., Curphy G. L., Hogan J. What we know about leadership: Effectiveness and personality // American Psychologist, 1994, v. 49, p. 492–504.

Holland J. L. Exploration of a theory of vocational choice and achivement: П. A four-year prediction study // Psychological Reports, 1963, v. 12, p. 547–594.

Holland J. L. The Self-Directed Search, professional manual. Odessa, FL: Psychological Assessment Resources, Inc., 1985.

Honey P., Mumford A. The manual of learning style. Maidenhead: Peter Honey, 1992.

Horn J. Thinking about human abilities. // Nesselrode J. R., Cattell R. B. (eds.). Handbook of Multivariate Experimental Psychology, 1988, p. 645–685.

Hous R., Mitchell T. Path-goal theory of leadership. // J. of Comtemporary Business, 1974, v. 3(4), p. 81–97.

Hovland C. I., Janis I. L. Personality and persuasibility. New Haven, CT: Yale University Press, 1959.

Howard A., Bray D. W. Predictions of managerial success over long periods of time: Lessons for the Manadgment Progress Study // K. E. Clark, M. B. Clark (eds.). Veasures of leadership. West Orange, N-Y.: Leadership Library of America, 1990, p. 113–130.

Howarth E., Eysenck H. Extraversion, arousal and paired-assotiate recall // J. of Experimental Research in Personality, 1968, v. 3, p. 114–116.

Huber G. P. Cognitives stylews as a basis for new and DSS designs // Management Sciences Juornal, 1984, v. 29, № 5, p. 567–579.

Hull J., Van Treuren R., Propsom P. Attributional style and the components of hardness // Personality and Social Psychology Bulletin, 1988, v. 14, p. 505–513.

Jackson C., Lawty-Jones M. Explaning the overlap between personality and learning style // Personality and Individual Differences, 1996, v. 20, p. 293–300.

Jang K. L., Livesley W. J., Vernon P. A. Heritqability of the big five dimensions and their facets: A twin study // J. Person., 1996, v. 64, p. 577–591/

Janis I. L., Field P. B. A behavioral assessment of persuasibility: Consistency of individual differences. Sociometry, 1956, v. 19, p. 241–259.

Jones E. E. Ingratiation: A social psychological analysis. Appelton, 1964.

Jones E. E. Interpersonal perception. New York, 1990.

Jones W. H., Carpenter B. N. // W. H. Jones, J. M. Cheek, S. R. Briggs (eds.). Shyness: Perspectives on research and treatment. New York, Plenium, 1986, P. 227–238.

Kagan J. Reflection-impulsivity and regarding development in primary grade children // Child development, 1965a, v. 36, p. 609–628.

Kagan J. Individual differences in the resolution of response uncertainty // J. Pers. And Soc. Psychology, 1965b, v. 2, p. 154–160.

Kagan J. Reflection-impulsivity: The generality and dynamics of conceptual tempo // J. Abnorm. Psychology, 1966, v. 71, p. 17–24.

Kagan J. (1984). The nature of the child. New York: Basic Books.

Kagan J. Distinctions among emotions, moods and temperamental qualities // P. Ekman, R. J. Davidson (eds.). The nature emotion: Fundamental questions . New York, Oxford University Press, 1994a, p. 74–78.

Kagan J. Biology and the child // W. Damon, N. Eisenberg (eds.). Handbook of child development. V. 3. Emotional and personality development. New York, Wiley, 1998a.

Kagan J. Three seductive ideas. Cambridge, MA: Harvard University Press, 1998b.

Kagan J., Arcus D., Snidman N. The idea of temperament: Where do we go from here? // Nature and psychology. R. Plomin, G.E. McClearn (eds.). Washington, 1993, p. 197–210.

Kagan J., Arcus D., Snidman N., Feng W. Y., Hendler J., Green S. Reactivity in infants: A cross-national comparison // Developmental Psychology, 1994b, v. 30, P. 342–345.

Kagan J., Moss H. A. Birth to maturity: A study in psychological development. New York, Wiley, 1962.

Kagan J., Snidman N., Arcus D., Reznick J. S. Galen,s prophecy: Temperament in human nature. New York, Basic Books, 1994a.

Kagan J., Pearson L., Welch L. Conceptual impulsivity and inductive reasoning // Child Development, 1966, v. 37, p. 17–24.

Kagan J., Reznick J. S., Snidman N. Biological bases of Childhood shyness // Science. 1988, v. 249, p. 167–171.

Kaplan D. M. On shyness // International Journal of Psychoanalysis. 1972. № 53.

Katz J. V. Reflection-impulsivity and colorform sorting // Child. Development, 1971, 42.

Kavussanu M., Mc Auley E. Exercise and optimism: are highly active individuals more optimistic? // J. of Sport and Exercise Psychology, 1995, v. 17, p. 246–258.

Kenny D. A., Zaccaro S. J. An estimate of the variance due to traits in leadership // J. of Applied Psychology, 1983, v. 68, p. 678–685.

Kleine P., Gale A. Extraversion, neuroticism and performance in a psycholoogy examination // British J. of Educational Psychology, 1971, v. 41, p. 90–94.

Kobasa S. The hardy personality: toward a social psychology of stress and health // G. Sanders, J. Suls (eds.). Social psycholoogy of health and illness. NJ: Lawrence Erlbaum Assotiates, 1982, p. 3–32.

Koelega H. Extraversion and vigilance performance: 30 years of inconsistencies // Psychological Bulletin, 1992, v. 112, p. 239–258.

Kogan N. Cognitive styles in infancy and early childhood. Hillsdale, New York, 1976.

Kogan N., Block J. Field Dependence-Independence from Early Childhood Through Adolescence: Personality and Socialization Aspects // S. Wapner, J. Demick (eds.). Field dependence-independences: Cognitive style across the life span. Hillsdate, New York, 1991.

Kolb D. Learning Style Inventory: technical manual. Boston, MA: McBer, 1976.

Kolb D. Experimental learning. Englewood Cliffs, New York, Prentice-hall, 1984.

Kossowska M., Necka E. Do it your own way: cognitive strategies, intelligence and personality // Personality and Individual Differences, 1994, v. 16, p. 33–46.

Krantz D., Hedges S. Some cautions for research on personality and health // J. of Personality, v. 55, p. 351–357.

Kuhl J. Action vs. state-orientation as a mediator between motivation and action // M. Von Cranach (ed.)). Cognitive and motivational aspects of action. Amsterdam: North-Holland-Publishing Co., 1982.

Kulas H. Change and stability of locus of control in early adolescence // Political Psychology Bulletin, 1988, v. 2, p. 34.

Larsen W. W. The relatioship of reflection-impulsivity to intelligence and field dependence in older adults // J. of Psychology, 1982, v. 3, № 1, p. 31–34.

Lazarus R. S. Psychological stress and the coping process. New York, McGraw Hill, 1966.

Leach P. L. A critical study of the literature concerning rigidity // Brit. J. Soc. and Clin. Psychol., 1967, v. 6, № 1, p. 11–12.

Lefcourt H. M. Locus of control: Currents trends in theory and research . Hillsdale, New York: Erlbaum, 1982.

Lesieur H. R. Cost and Treatment of Pathological Gambling // The Annals of the American Academy. 1998, V. 556.

Levin C., Lippett R., White R. K. Patterns of aggressive behavior in experimentally created social climates. // J. of Social Psychol., 1939, v. 10, p. 271–301.

Lewis H. Clinical implications of field dependence // Field dependence in psycholoogical theory, research and application. London, 1958, p. 57–62.

Likert R. New patterns of menagement. New York, Mc Graw-Hill, 1961.

Linder R. M. The Psychodinamics of gambling // The Annals of the American Academy, 1950, v. 269, p. 92–112.

Loehlin J. C. Genes and environment in personality development. Newbery Park, Ca: Sage, 1992.

Lombardo M. M., Ruderman M. N., Mc Cauley C. D. Explanation of success and derailment in upper-level management positions // J. of Buisness and Psychology, 1988, v. 2, p. 199–216.

Lovell C. A. Study of the Factor Structure of Thirteen Personality Variables // Educational and Psychological Measurement, 1945, v. 5, № 4, p. 335–350.

Ludwig E. J., Happ D. Extraversion and preferred level of sensory stimulation // Brit. J. Psychol., 1974, v. 65, p. 359–365.

Lynn M. Restaurant tipping: A reflection of customers evaluations of a service? // J. of Consumer research, 1991, 1991, № 18, p. 438–448.

Maccoby E. E., Martin J. A. Sozialisation in the context of the family: Parent-child interaction // E. M. Hetherington (ed.). Handbook of child psychology: Socialization, personality, and social development, v. 4. New York, Wiley, 1983, P. 1–102.

MacGregor D. The human side of enterprise. New York, Mc Grow-Hill, 1960.

McAdams D. P. (1992). The five-factor model in personality: A critical appraisal. Journal of Personality, 60, 329–361.

McCrae R. R.&Costa P. T. (1985). Updating Norman's «adequate taxonomy»: Intelligence and personality dimensions in natural language and in questionnaires. Journal of Personality and Social Psychology, 49, 710–721.

McCrae R. R., Costa P. T. (1990). Personality in adulthood. New York: Guilford.

McGuiere W. J. Attitudes and attitude change // G. Lindzey, E. Aronson (eds.). Handbook of social psychology, v. 2. New York, Random House, 1985, p. 233–346.

McKenzie J. Neuroticism and academic achivement: The Furneaux factor // Personality and Individual Differences, 1989, v. 10, p. 509–515.

MacKenna F. Measures of field dependence: cognitive style or cognitive ability // J. of Personality and Social Psychology, 1984, v. 47, № 3, p. 593–603.

McKinney J. D. Problem-solving strategies in impulsive and reflective second grades // Developmental Psychology, 1973, v. 8, p. 145–178.

Machiavelli N. The prince. Penquin Books, 1975.

Maddi S. R. Personality Theories. A comparative Analysis. Third edition. The Dorsey Press, Homewood, Illinois, 1976.

Malapert P. Les elements du caractere et les lois de leur combinaison. Paris: Alcan, 1897.

Maldonado J. L. The relationship of England oral proficiency, impulsivity, elementary school children // Dissertation Abstracts International, 1984, v. 46, 1413.

Martens R. Sport competition anxiety test. Champaign, Illinois, 1977.

Martin P., Toomey N. Perceptual orientation and empathy // J. Of consulting and clinical psychology. 1973. -V. 41 (2).

Mead M. Social change and cultural surrogates // C. Cluckholn, H. A. Murrey, D. M. Schneider (eds.). Personality in nature, society and culture. New York: F. F. Knopf, 1956, p. 651–662.

Messer S. Reflection impulsivity: a review.// Psychological bulletin, 1976, v. 83, № 6, p. 1026–1052.

Miller P. C., Lefcourt H. M., Holmes J. G., Ware E. E., Saley W. E. Marital locus of control and marital problem solving // J. of Personality and Social Psychology, 1986, v. 51, p. 161–169.

Miller S. M. Cognitive informational styles in the process of coping with threat and frustration // Advances in Behaviour Research and Therapy, 1989, v. 11, P. 223–234.

Moor B. W., Underwood B., Rosenhan D. Emotion, self and other // C. E. Izard, J. Kagan, R. B. Zajonc (eds.). Emotions, cognitions and behavior. New York: Cambridge University Press, 1984, p. 464–483.

Morgenstern S., Hodgson R., Law L. Work efficiency and personality // Ergonomics, 1974, v. 17, p. 211–220.

Murphy L. B. Social behavior and child personality: an exploratory study of some roots of sympathy. New York: Columbia Univ. Press, 1937.

Murrey J. B. Review of research on gambling // Psychological Reports, 1993, v. 72, p. 791–810.

Neussle W. Reflectivity as an influence on focusing behavior of children // J. of Experim. Child Psychology, 1972, v. 14, p. 265–276.

Nickel H. et al. Conceptual styles and concept formation in childhood: Preferences and competences // Germ. J. Psychol., 1985, v. 9, № 3, p. 255–267.

Nichols R. C. Twin studies of ability, personality and interest // Homo. 1978, v. 29.

Ninomiya J. S. Fuhren wie in wilden westen // Harward manager, 1988, № 4, p. 1520.

Nurmi R. Conformity with group in a serial judgment situation. Turku. 1970.

Nusko G. Coping: Bewaltigungsstrategien des Ich im Zusammenhang von Context Person und Situationsmerkmalen. Frankfurt a. M., Peter Lang, 1986.

Nuttin J. La structure de la personnalite. Paris, 1968.

Okaue M., Nakamura M., Niura K. Personality characteristics of pilots on EPPS, MPI and DOSEFU // Reports of Aeromedical Laboratories, 1997, v. 18, p. 153–200.

Orlebeke J. F. Aktivering, extraversie en sterkte van het zenuwstelsel. Assen, 1972.

Paspalanov I. The relation of Ach to extraversion, emotional instability and level of anxiety in peaple of different social status and succes // Personality and Individual Differences, 1984, v. 5, p. 383–388.

Pedersen L. N., Plomin R., Mc Clearn G. E. et al. Neuroticism, extraversion and related traits in adult twins reared apart and reared together // J. of Personality and Social Psychology, 1988, v. 55, № 6, p. 950–957.

Penney R. Reactive curiosity and manifest anxiety in children // Child Development, 1965, v. 36, p. 697–702.

Perone M., De Waard R., Baron A. Satisfaction with real and simulated jobs in relation to personality variables and drug use // J. of Applied Psychology, 1979, v. 64, p. 660–668.

Perrez M., Reicherts M. Stress, coping and health. A situation-behavior approach. Theory, methods, applications. Seattle, Hogrefe and Huber Publishers, 1992.

Pettigrew T. F. The measurement and correlates of category width as a cognitive variable // J. of Personality, 1939, v. 26, p. 532–544.

Pettit G. S., Bates J. E., Dodge K. A. Supportive parenting, ecological context, and children,s adjustment: a seven-year longitudinal study // W. M. Craig (ed.). Childhood social development. Madlen, Blackwill Publishers, 2000, p. 25–58.

Petzold M. Kognitive Style: Definition, Klassification und Relevanz eines psychologischen Konstrukts aus wissenschafthistorischer Sicht // Psychologie, Erziehung, Unterricht, 1985. Bd. 32, S. 161–177.

Phares E.J. Locus control in personality. Morristown; New York: General Learning Press, 1976.

Philbin M., Meier E., Huffman S., Boverie P. A survey of gender and learning styles // Sex Roles, 1995, v. 32, p. 485–494.

Pieron H. La sensation guide de vie. Paris, 1945.

Pilkonis P. A., Zimbardo P. G. The personal and social dinamics of shyness // C. E. Izard (ed.). Emotion in personality and psychopsthology. New York: Plenium, 1979, p. 133–160.

Plutchik R., Kellerman H., Conte H. R. A structural theory of ego defenses and emotions // Emotions in personality and psychopatology. C. E. Izard (ed.). New York, 1979.

Prince M. Women, men and money styles // J. of Economic Psychol., 1993, v. 14.

Prochaska G. Physiologie oder Lehre von der Nature des Menschen. Vien, 1820.

Purcell J. Mapping management styles in employce relations // J. management studies, 1987, № 5, p. 533.

Ranchor A., Sanderman R. The role of personality and socioeconomic status in the stressillness relation: a longitudinal study // European J. of Personality, 1991, v. 5, p. 93–108.

Reinhard R. The outstanding jet pilot // American J. of Psychiatry, 1970, v. 127, p. 732–736.

Revesz G. Talent und Genie. Bern, 1952.

Riding R., Wigley S. The relationship between cognitive style and personality in further education students // Personality and Individual Differences, 1997, v. 379–389.

Rim Y. Personality and attributional styles // Personality and Individual Differences, 1991, v. 12, p. 95–96.

Roback A. A. The Psychology of character with survey of Temperament. 1931.

Rosenzweig S. Psychodiagnosis. New York, 1960.

Ross M., Fletcher G. Attribution and social perception // G. Lindzey, E. Aronson (eds.). Handbook of Social Psychology, V. 2. New York, Random House, 1985, p. 73–122.

Rothbart M. K. Biological processes in temperament. Temperament in childhood // G. A. Kohnstamm, J. E. Bates, M.K. Rothbart (eds.). Temperament in childhood. Chichester, UK, Wiley, 1989, p. 77–110.

Rotter J. B. Social Learning and Clinical Psychology. Engelwood Cliffs, New York, Prentice-Hall, 1954.

Rotter J. B. Generalized expextancies for internal versus external control of reinforment // Psychological Monographs, 1966, v. 80.

Rushton J. P. et al. (1986). Altruism and aggression: The heritability of individual differences. Journal of Personality and Social Psychology, 50, 1192–1198.

Ryans D. G. Some relationships between pupil behavior and certain teacher characteristics // J. of Educational Psychology, 1961, v. 52, p. 82–90.

Sarason I. G. Stress, anxiety, and cognitive interference: Reaction to test // J. of Personality and Social Psychology, 1984, v. 46, p. 929–938.

Sarason S. B. The measurement of anxiety in children: Some questions and problems // Ch. D. Spilberger (ed.). Anxiety and behavior. New York: Academic Press, 1966.

Savage R., Stewart R. Personality and the success of card-punch operators in training // British J. of Psychology, 1972, v. 63, p. 445–450.

Scheier M., Bridges M. Person variables and health: personality predispositions and acute psycholoogical states as shared determinants for disease // Psychosomatic Medicine, 1995, v. 57, p. 255–268.

Schmeck R. R., Lockhard D. Introverts and extroverts require different learning environments // Educational Leader, 1983, v. 40 (5), p. 54.

Schutz A. Assertive, offensive, protective and defensive styles of selfpresentation: a taxonomy // J. of Psychology, 1998, v. 132, p. 611–628.

Schwartz S. H., Clausen G. Responsibility, norms and helping in an emergency // J. of Personality and Social Psichology, 1970, v. 16.

Seligman M. E. Learned optimism. N.Y., A. Knopf, 1990.

Seligman M. E. P., Schulman P. Explanatory style as a predictor of productivity and quitting among life insurance sales agents // J. of Personality and Social Psycholoogy, 1986, v. 50, p. 832–838.

Shaw L., Sichel H. Accident proneness. Oxford: Pergamon, 1970.

Shaw M. E. Group dynamics. New York, 1971.

Sheldon W. H. The varieties of human physique. An introduction to constitutional psychology. New York, 1940.

Sheldon W. H., Stevens S. S. The Varieties of Temperament: Psychology of constitutional differences. New York; London, 1942, 600 p.

Shoenfeldt L. F. The hereditary components of the Projects TALENT two-day test battery // Measuremwnt and Evoluation in Quidance. New York, 1968, v. 1.

Shouksmith G. Personality attributes associated with two measures of cognitive style // Acta Psychologica, 1969, v. 31.

Sidman J. Empathy and helping Behaviour in college students // Diss. Abstracts. 1969, v. 29 (10-B).

Seigel J. Type A behaviour and self-reports of cardiovascular arousal in adolescents // J. of Human Stress, 1982, v. 8, p. 24–30.

Siegelman E. Reflective and impulsive observing behaviour // Child Development, 1969, v. 40, p. 1213–1222.

Sigaud C. La forme humaine. Maloine, Paris, 1904.

Smith T., Williams P. Personality and health: advantages and limitations of the five-factor model // J. of Personalty, 1992, v. 60, p. 395–423.

Spangler G. (1990). Mother, child, and situational correlates of toddlers' social competence infant Behavior and Development, 13, 405–419.

Spillberger Ch. D. Theory and research on anxiety // Ch. D. Spilberger (ed.). Anxiety and behavior. New York; London, 1966, p. 3.

Spearman C. General intelligence, objectivity determined and measured // Amer. J. Psychol., 1904, p. 15.

Stagner R. Individual style. New York, 1962.

Steinberg L., Darling N. E., Fletcher A. C., Brown B. B., Dornbush S. M. Authoritative parenting and adolescent adjustment: An ecological journey // P. Moen, G. H. Elder, K. Lusher (eds.). Examining lives in context: Perspectives on the ecology of human development. Washington, DC: American Psychological Association, 1995, p. 423–466.

Sterns L., Alexander R., Barrett G., Dambort F. The relationship of extraversion and neuroticism with job preferences and job satisfaction for clerical employes // J. of Occupational Psychology, 1983, v. 56, p. 145–155.

Stotland E. et al. Empathy and birth order. Some experimental explorations. Lincoln: Univ. of Nebraska Press, 1971.

Strelau J. Regulatory functions of temperament. Wroclaw, Ossolineum, 1978.

Strelau J. Temperament, personality, activity. New York, Academic Press, 1983.

Strelau J., Plomin R. A tale of two theories of temperament // G. V. Caprara, G. L. Van Heck (eds.). Modern personality psychology. London, Harvest\er wheatsheaf, 1992, p. 327–351.

Strelau J., Zawadzki B. The formal characteristics of behaviour temperament inventory (FCB-TI): validity studies // European J. of Personality, 1995, v. 9, p. 207–229.

Suls J., Rittenhouse J. Personality and physical health: an introduction // J. of Personality, 1987, v. 55, p. 155–167.

Sulzer J. L., Burglass R. Responsibility attribution, empathy and punitiviness // J. of Personality. 1968, v. 36 (2).

Tannenbaum R., Schmidt W. H. How to choose a leadership patterns // Harward Business Rev., 1958, v. 36, № 2, p. 92–101.

Taylor J. A. A personality scale of manifest anxiety // J. of Abnormal and Social Psychology, 1953, V. 48, p. 285–290.

Terry R. A. Autonomic Balance and Temperament // J. of Comparative and Physiological Psychology, 1953, v. 46.

Thumann E. H. Interactions between two methods of teaching science and two cognitive styles // Dissertation Abstracts International, 1982, v. 43, 2227.

Thurstone L. L. Primary mental abilities // Psychometr. Monogr., 1938, p. 1.

Thurstoun L. L. The Dimensions of Temperament // Psychometrica, 1951, v.16, № 1, p. 11–20.

Thomas A., Chess S. Temperament and Development. New York, 1977.

Thoresen C. Type A and teenagers // R. Lerner, A. Petersen, J. Brooks-Gunn (eds.). Encyclopedia of adolescence, v. 2. New York, Garland Press, 1991, p. 1168–1180.

Titchener E. B. Lectures on the experimental psychology of the thought process. New York: Mc Millan, 1909.

Thomas K. W. Toward Multidimensional Values in Tiching. The Example of Conflict Behaviors // Academy of Managment Review, 1977, v. 2, p. 485–496.

Tranel N. Effects of perceptual isolation of introverts and extraverts // J. Psichiatr. Research, 1962, v. 1, p. 185–192.

Van den Berg P., Feij J. Personality traits and job characteristics as predictors of job experience // European J. of Personality, 1993, v. 7, p. 337–357.

Viken R. J., Rose R. J., Kaprio J., Koskenvuo M. A developmental-genetic analysis of adult personality: extraversion and neuroticism from 18 to 59 // J. Pers. Soc. Psychol., 1994, v. 66, p. 722–730.

Vitaro F., Arsenault L., Tremblay R. E. Dispositional of Problem Gambling in Male Adolescents // Am. J. of Psychiatry. 1997, v. 154.

Vroom V., Yetton P. Leadership and decision-making. Pittsburgh, Univ. of Pittsburgh Press, 1973, 233 p.

Wardell D. M., Royce J. R. Towared a multifactor theory of styles and their relationship to cognition and affect // J. of Personality, 1978, v. 46, № 3, p. 474–505.

Wenger M. A. The Stability of Measurement of Autonomic Balance // Psychosomatic Medicine, 1942, v. 4.

Wenglert L., Rosen A. Optimism, self-esteem, mood and subjective health // Personality and Individual Differences. 1995, v. 18, p. 653–661.

Werre P. F. The Relationships Between Electroencephalographic and Psychological Data in Normal Adults. Leiden, 1957.

White D., Woollett A. Families: a context for development. London, Falmer Press, 1992.

Whiting J. W., Child I. L. Child training and personality. New Haven: Yale University Press, 1953.

Witkin H. A., Goodenough D. R. Cognitive styles: Essence and Origins. Field Dependence and Field Independence. New York, 1982.

Witkin H. A., Goodenough D. R., Karp S. A. Stability of cognitive style from childhood to young adulthood // J. of Personal and Social Psychology. 1967, v. 7, № 3. P. 291–300.

Witkin H. A, Dyk R. B., Faterson H. F., Goodenouph D. R., Karp S. A. Psychological differentiation. New York, 1974.

Wundt W. Grundzuge der Physiologischen Psychologie. Leipzig, 1893.

Yando R. M., Kagan J. The effect of task complexity on reflection-impulsivity // Cognitive psychology. 1970, v. 1, p. 192–200.

Zazzo B. Psychologie differencielle de l,adolescence. Paris, 1966, p. 340–341.

Zimbardo P. G. Shyness: What is it, what to do about it. Reading, MA: Addison-Wesley, 1977.

Zimbardo P. G., Weber A. L. Psychology. New York, Longman, 1997.

Zuckerman M. Behavioural Expression and Biosociqal Bases orf Sensation Seeking. Cambridge University Press, 1994.

Алфавитный указатель

Ильин Евгений Павлович

Психология индивидуальных различий

Заведующий редакцией	*П. Алесов*
Выпускающий редактор	*Е. Егерева*
Литературный редактор	*Е. Трофимов*
Художественный редактор	*А. Татарко*
Корректоры	*Н. Дралова, Л. Комарова*
Верстка	*И. Смарышева*

Подписано к печати 28.06.10. Формат 70 × 100/16. Усл. п. л. 56,76.

Тираж 2000. Заказ 22961.

ООО «Лидер», 194044, Санкт-Петербург, Б Сампсониевский пр., д. 29а

Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК 005-93, том 2;
95 3005 — литература учебная.

Отпечатано по технологии CtP

в ОАО «Печатный двор» им. А. М. Горького

197110, Санкт-Петербург, Чкаловский пр., д. 15.



Ильин Евгений Павлович — доктор психологических наук, профессор Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена, заслуженный деятель науки РФ. Специалист в области общей и дифференциальной психофизиологии, психологии физического воспитания и спорта. Автор более двухсот научных публикаций, в том числе двадцати учебных пособий и монографий.

В книге приведены основные сведения по психологии индивидуальных различий, которые рассматриваются в дифференциальной психологии и дифференциальной психофизиологии.

Особое внимание уделено: различным подходам к обобщенным индивидуальным характеристикам человека — типам темперамента и личности; особенностям проявления свойств нервной системы; индивидуальным различиям в поведении; эффективности деятельности человека в зависимости от его индивидуальных особенностей; связи индивидуальных особенностей с предрасположенностью к различным заболеваниям.

В приложение включены методики изучения индивидуальных особенностей человека и обширный список литературы, который может быть полезен тем, кто захочет более глубоко изучить представленные в книге вопросы.

Адресованное практическим психологам, медикам, преподавателям психологии в вузах, издание обязательно заинтересует физиологов, а также педагогов, поскольку позволяет понять природные основания способностей и поведения учащихся, необходимость индивидуального подхода к ним в процессе обучения и воспитания.



ISBN 978-5-4237-0032-4

9 785423 700324

Заказ книг:

197198, Санкт-Петербург, а/я 127
тел.: (812) 703-73-74, postbook@piter.com

61093, Харьков-93, а/я 9130
тел.: (057) 758-41-45, 751-10-02, piter@kharkov.piter.com